****

SAAL AUSHADHI GYAN

(Nepali)

****

यस पुस्तकको विषयमा–

हाम्रो नेपालका धेरजसो निर्धन र अज्ञानी जनताको निमित्त अनेक साधारण र कठिन रोगहरूको पनि आफ्नै वरिपरि पाइने अनेक जडी–बूटीद्वारा उपचारको ज्ञान प्राप्त गराउने दृष्टिले यो अमूल्य ग्रन्थ लेखिएको हो । हुनत हिजो–आज कसैलाई कुनै रोग लाग्नासाथ डॉक्टरकहाँ पुग्दछन्। ती डॉक्टरहरूले पनि यही आयुर्वेदिक जडी–बूटीको परिमार्जित रूप चक्की (गोली) वा झोलहरू सेवन गर्ने सल्लाह दिन्छन्। हामी तिनै औषधिहरूमा बढी विश्वास गर्दछौं।

करोडौं वर्ष व्यतीत भए–जुन बेला जनता आद्यन्त–रहित तत्वज्ञान उन्नतिको अग्लो शिखरमा आलोकित भइरहेको थियो, त्यस बेला–प्रजापति, भास्कर, अश्विनिकुमार र भगवान् धन्वन्तरिद्वारा यो मानव जीवन विज्ञान आयुर्वेद सांगोपांग अनुसन्धानित भएर विश्वका कुना–कुनामा आफ्नू प्रभावरूपी प्रकाश फिंजाएर आश्चर्यको सिन्धुमा पारिरहेको थियो–त्यही युगमा आयुर्वेदका प्रेमी–सुषेण, दिवोदास र भारद्वाज आदि प्रकट भए । त्यसै बेला स्वार्थ–त्यागी, लोकोपकारी चरक, अग्निवेश, भेल, जातुकर्ण्य, पराशर, क्षारपाणि, हारित र सुश्रुतको तपश्चर्यारूपी अलौकिक तेज सर्वत्र फैलिइरहेको थियो । ती बाहेक आयुर्वेदरूपी संसारमा आर्कि, च्यवन, जावालि, जनक, पतञ्जलि, अगस्त्य, पैल, करथ र नकुल–सहदेवादि आचार्यहरू प्रकृतिको मनोरम देशमा विविध वनस्पतिहरूको अनुसन्धान गरिरहेका थिए। उपरोक्त महात्माहरूले आफ्नू अथक परिश्रमद्वारा जे जति गरे, त्यसैको कीर्ति–चन्द्रिका

आजसम्म संसारको अतीताकाशमा झलमलाइरहेको छ।

रोगोत्पत्तिका कारण–

व्यक्ति अज्ञानवश अनेक क्लेशका बन्धनमा बाँधिन्छ। अज्ञानी जीव आत्मज्ञान प्राप्त गरेपछि नै सुखी हुन्छ। व्यक्तिले जे गर्दा दुःख हुन्छ, त्यही व्याधि हो र जे गर्दा सुख हुन्छ, त्यही आरोग्य हो। मुख्य कुरा–प्रकृतिको विपरीत आचरण गर्नाले र स्वास्थ्य–साधनको प्रतिकूल चल्नाले तथा जीव–विज्ञानका उपादेय नियमहरूबाट मुख फर्काउनाले मानव–शरीरमा मूल–विपर्यय हुन लागे। पञ्चमहाभूतमा न्यूनाधिक्य हुनासाथ सम्पूर्ण मानव समाज कष्टको अनुभव गर्न लाग्यो । पञ्चमहाभूत साम्य रहेसम्म जीवमात्रलाई कुनै कष्ट थिएन। जब सारा संसार सुखको निद्रामा सुतिरहेको थियो– तब न रोग थियो, न दोष–शोक, सर्वत्र शान्तिको राज्य थियो । त्यस युगलाई नै पृथ्वीको स्वर्णिम युग भन्न सकिन्छ।

पञ्चमहाभूत सन्दिग्ध हुनासाथ साम्यावस्था हरायो, अनि न्यूनाऽऽ–धिक्य दुष्परिणाम देखापरे । मानव–समाजलाई अनेकानेक कष्टले ढाके। उसको उन्नति रोकियो र बिस्तार–बिस्तार उ पतनको खाल्डोमा जाकिँदै गयो।

आरोग्यता–

'मरणं बिन्दुपातेन जीवनं बिन्दुरक्षणात्'– यो उक्ति हाम्रा पूर्वज मनीषीहरूको उद्गार हो । यस संसारमा सुख–शान्तिको निम्ति आरोग्यताको नितान्त खाँचो छ। सबै नीरोग रहन खोज्दछन्, तर

स्वास्थ्यरूपी धन कसरी प्राप्त हुने ?

यस प्रश्नको उत्तर हो— आरोग्यता प्राप्त गर्नको निमित्त वीर्यको सुरक्षामा ध्यान दिनुपर्दछ । वीर्य नै स्वास्थ्य र जीवन हो। यसको रक्षा गर्नाले नै आरोग्यता मिल्दछ। जो जति बर्ता वीर्यको सुरक्षा गर्न सक्तछ उ त्यति नै नीरोग र सुखी रहन सक्तछ। वीर्य—रक्षा नै समस्त रोगहरूको महौषधि हो। वीर्य रक्षा गर्नेको सामुन्ने शत्रुको त के कुरा मृत्यु पनि डराउँछ। वीर्य नै शरीरको सारभूत तत्त्व हो, यसैले यसको सुरक्षामा ध्यान दिनु आवश्यक छ। ऋषि—मुनिहरूका भनाइअनुसार *'वीर्य—रक्षा नै संजीवनी'* हो। देवगण यसैको बलमा मृत्युलाई जितेर अमर कहिन्छन् ।

यस ग्रन्थमा सर्वसाधारणका जीवनमा बराबर आइपर्ने अनेक रोग कष्ट निवारण हुने विभिन्न जड़ी—बूटीहरूको प्रयोग सकेसम्म सजिलो पारेर राखिएको छ। यसमा प्रयोग हुने सबै काष्ठादि औषधि हुन्, रसादि होइनन् । अत: यिनको मात्रा यदि कुनै प्रयोगमा लेखिएको छैन भने—त्यो रोगीको बलाबल र अवस्थाको अनुमान गरेर औषधि प्रयोग गर्नू। फेरि एउटै औषधि अनुपान भेदले अनेक रोगहरूमा दिन सकिन्छ। अत: राम्ररी **नजानी** अथवा कुनै जान्ने वैद्यको सल्लाह नलिई कठिन रोगमा औषधि प्रयोग गर्न अगाडि नसर्नू। उचित प्रयोग भएन भने उल्टा परिणाम पनि देखापर्न सक्तछ। यस ग्रन्थमा प्रयोग गरिएका सबै झार—पात, फल—फूल, दूध, खोटो, हाँगा—पात, जराहरूको नाम अनेक भाषामा लेखिएको छ। यदि कुनै जड़ी—बूटी र झार—पातको नाम जान्न चिन्न सकिएन भने गाउँघरका बूढा—पाकासित सोधे पनि

थाहा पाउन सजिलो हुन्छ। यस पुस्तकको उपयोगिताको विषयमा जति वर्णन गरे पनि सकिन्न।

कुनै पनि त्रुटि नगर्ने त यौटा केवल *'अच्युत'* मात्र छन् । शेष सबैमा त्रुटि हुनु स्वाभाविक छ। अत: यसमा कुनै प्रकारको त्रुटि भए सुविज्ञ पाठकले क्षमा गरेर उचित सल्लाह दिनुभए स्वीकार्य हुनेछ किनकि म सधैँ सल्लाहको भोको छु, जति सल्लाह पाए पनि अघाउन्नँ।

—प्रकाशक

प्रथम खण्ड

वनस्पति-गुणतालिका

यो वनस्पति	[यो नम्बरमा छ]	(यसका गुण यति छन् ।)
अकरकरा	[१]	(६)
अगर	[५]	(१०)
अगस्त	[४]	(२)
अङ्काल	[२]	(६)
अडूसा या असुरो	[२५ ।१५२]	(४)
अतीस	[१०]	(११)
अदुवा	[११]	(७)
अदुवा	[१२४]	(१०)
अनार	[१३]	(४)
अन्थाहुली	[१२]	(४)
अपराजिता	[१४]	(८)
अपामार्ग	[१५।१३५]	(१०)
अफीम	[१७]	(५)
अमलतास, राजवृक्ष	[१८]	(९)
अमरबेल	[१९]	(८)
अमला	[२८।११३]	(१०)
अमिली, तित्री	[१२२]	(१०)
अरिड, अन्डी	[१४१]	(१०)
अर्जुन	[९]	(११)
अलसी, आलस	[२२]	(९)
अलैची	[३०]	(१४)
अशोक	[२३]	(८)
असुरो	[१५१]	(४)
अश्वकर्णिका	[२४]	(९)
आलु	[२९]	(१३)
आँक	[२६।११०]	(२०)
आँप	[२७।१२१]	(१०)
इमली, तित्री	[३२।१२२]	(१०)
ईसबगोल	[३५]	(७)
ऊखु	[३३]	(७)
एरण्ड, अन्डी	[२१।१४१]	(१०)
ओखर	[३]	(४)
ओल	[६१]	(११)
अंगूर	[६]	(४)
अंजीर	[८]	(५)
कपास	[३७/१]	(६)
कपूर	[३७/२।११५]	(९)
कमल	[१३८]	(१०)
करेला	[१०९]	(२०)
कस्तूरी	[३८]	(८)
कागती	[७२।१०५]	(१४)
काफल	[१३९]	(१०)

(इति प्रथम खण्ड)

द्वितीय खण्ड

वनस्पति को उपयोगतालिका

यो रोगको ओखती, यो खुला संख्याको बन्द (पेट) नम्बरमा छ।

।। इति द्वितीय खण्ड ।।

तृतीय खण्ड

विविध रोग र तिनका ओखतीहरू

यो खण्डभरि मुखनम्बर १६७ का पेट नम्बर मात्र ( ) बन्दमा छन्।

१६८. शिवाम्बु (स्वमूत्र)

।। तृतीय खण्ड समाप्त ।।

चतुर्थ खण्ड
विविध औषधि निर्माण-विधि

[यस खण्डमा साधारण औषधि बनाउने नियमहरू दिइएको छ । औषधि बनाउँदा सबै वस्तुको मात्रा ठीक ठीक मिलाउनु आवश्यक छ । मात्रा धेरै–थोरै भयो भने गुणमा पनि फरक पर्न सक्तछ। वैद्यकका ग्रन्थहरूको अवलोकनका साथै गहीरो अनुभव पनि चाहिन्छ। पूरा अनुभव र ज्ञान नभई तयार गरिएको औषधिबाट इच्छित सफलता पाउन सकिन्न।]

।। इति चतुर्थ खण्ड ।।

पुस्तक पाइने ठेगाना –

श्री दुर्गा साहित्य भण्डार

पो० बॉ० नं० १०९६

नेपाली खपड़ा, वाराणसी–२२१००१

फोन : ३६७२१४ (निवास)

श्रीगणेशाय नमः

सरल औषधि-ज्ञान

अथवा

सजिलो उपचार

खण्ड १

१. अकरकरा (Pellitory Root) पेलिट्री रूट

यसलाई संस्कृतमा– आकाररम, आकल्लक भन्दछन्। हिन्दीमा– अकरकरा, गुज०–अवकलकरे, मराठीमा–अकलकारा, बंगलामा– अकारकोरा भन्दछन्।

यो एक प्रकारको झार हुन्छ। वर्षाऋतुको पहिला पानी पर्नासाथ यसका झार उम्रन थाल्दछन्। यसका हाँगामा भुवा हुन्छ। हाँगाको माथिल्लो भागमा बाटुलो गुच्छा भएको पहेंलो रंगको फूल निस्कन्छ। यसको जरो दुइदेखि चार इंची लामो र आधा इंची मोटो हुन्छ।

गुण– उष्णवीर्य, बलकारक, कटु तथा वात, प्रतिश्याय र शोथ नष्ट पार्दछ।

(१) लकवा– अकरकराको सुकेको हाँगा महुवाको तेलमा मिलाएर मालिश गरे लकवामा आराम दिन्छ। हुन त लकवा असाध्य रोग मानिन्छ, तर यसले अवश्य लाभ गर्दछ।

(२) श्वेतकुष्टमा– यसका पातको रस निचोरेर श्वेतकुष्टमा लगाउनाले रोग थोरै दिनमा नै निको हुनेछ। यसको आरम्भमै लगाउन सके झन् छिटै

निको हुनेछ। पुरानो भएपछि केही दिन विलम्ब हुन पनि सक्तछ। तर निको हुनमा कुनै शंका छैन।

(३) कपाल दुखेमा– रुघा लागेर कपाल दुखेको भए अकरकरा– लाई दाँतमा थिचिराखे शीघ्र आराम हुन्छ। यो अनुभव गरेको रामबाण औषधि हो।

(४) दाँत दुखेमा– अकरकराको जरो मसिनो पारेर मंजन लगायो भने दाँत दुखेको तत्काल आराम हुन्छ। यसको हरियो पात कुटेर झोल झिकी तातो पानीमा मिलाएर कुल्ला गरे पनि दाँत दुखेकोमा निश्चय आराम गर्दछ।

(५) मृगीमा– अकरकरा पिंधेर थोरै महमा मिसाई रोगीलाई सुँघायो भने तुरुन्त होश आउँछ र मृगी रोग सदाको लागि निको हुन्छ। यो प्रयोग एकैपल्टमा भएन भने तीन–चारपल्ट गरे अवश्य निको हुन्छ। हुन त मृगी रोगलाई कष्टसाध्य मान्दछन् तापनि यो औषधिले अवश्य लाभ गर्दछ र मृगी सदाको निम्ति निको हुन्छ।

२. अंकाल (Alangeum Lamoroki)

नाम– संस्कृत–अंकोल, दीर्घकाल, निकोचक। हिन्दी–अंकोल, ढेरा। बं०– अंकोल। म०–आकोली वृक्ष। गु०–अंकोल।

गुण– तीक्ष्ण, ऊष्म, टर्रो, चहराउने, हलुको, रोचक र सर्प, मूसोको विषनाशक छ। यसको फल शीतल, स्वादिष्ट, कफनाशक, पुष्टिकारक र विकारनाशक मानिन्छ। अंकोल अत्यन्त संभूत अरण्य–वृक्ष हो। यो पहाड र जंगली भूमिमा बर्ता पाइन्छ।

(१) जरोमा– जरोमा ५।१० ग्राम जति यसको जरोको सेवन गर्नाले पसीना आएर ज्वरको वेग घट्छ। शीतज्वर र बर्ता प्यास लाग्नेमा आराम गर्दछ। अंकोलको जरा १०० ग्रामको मात्रा फलप्रद छ। सानो मात्रामा प्रयोग गरे ज्वर नाशक। सबै थरिका चर्मरोगमा पनि लाभदायक छ। २।३ ग्रामको मात्रामा रसायन जस्तै छ। अंकोललाई पशुहरूको विषदोष नाशक मान्दछन्।

३. अखरोट वा ओखर (Walnut)

पर्वतीय प्रदेशमा हुने पीलुलाई नै ओखर भन्दछन्। यसको नाम कर्पराल पनि हो।

नाम– सं०—शैलभवा, अक्षोर र कर्पराल। हि०—अखरोट। नेपाली—ओखर। बं०—आकोट। म०—अक्रोड। गु०—आखोड। फा०—चर्तिगज।

गुण– ओखरको गुण बदाम जस्तै हो। यो कफ र पित्तकारक हो। पर्वतीय भूमिको २०० फीट अल्गोमा उत्पत्ति स्थान हो। यसको रूख निकै अग्लो हुन्छ। पात केही बाटुलो र मोटो दलको हुन्छ । फूल सानो झुप्पादार हुन्छ । बाटुलो मैनफल जस्तै माथिको हरियो बोक्रा हटाएपछि यौटा गुदी चार धर्का भएको अलि खस्रो पाइन्छ। त्यसलाई फोरेपछि मस्तिष्काकार गुदी पाइन्छ। ओखरले धातु पुष्ट पारेर बल बढाउँछ। मस्तिष्क ताजा पार्छ र कफ—पित्त वृद्धि गर्दछ।

(१) खोकीमा– ओखरको गुदी भुटेर खानाले लाभ हुन्छ।

४. अगस्त वा अगास्त (Grandis flora)

नाम– सं०—अगस्त, मुनि—पुष्प। हि०—अगस्तिया, हथिया, आथिया। बं०—अगस्ता, हृदगा। गु०—अगथियो।

वर्णन– यसका वृक्ष ठूला—ठूला हुन्छन् र हाँगा बर्ता हुन्छन्। वृक्ष २०। २५ हात जति अग्लो भए पनि सानैदेखि फूल—फल लाग्न थाल्दछ। यसको फल एक कुरेतको र हरियो छँदा पनि खान्छत्। आकृति सीमीको फल जस्तै हुन्छ। फूलको पनि अचार र तरकारी खान्छन्। पुष्पभेदले यो नीलो, पहेंलो, सेतो र रातो चार थरिका भए पनि सेतो र पहेंलो बर्ता पाइन्छन्। यसको बोक्रा टर्रो र बलकारक हुन्छ। यो बंगालमा बर्ता पाइन्छ।

(१) शोथमा– अगस्तिको बोक्रा र धतूरोको पात समान पिंधेर लेप गर्नाले शोथ रोग आराम हुन्छ।

(२) कपाल दुखेमा– अगस्तिको पात र फूलको रस सुँघ्नाले रुघा लागेको र कपाल दुखेको आराम हुन्छ। यसको पुष्परस आँखामा हाले आँखाको जालो काटिन्छ। मूलाको झोल र महसित खाए कफ नाश गर्दछ। यसको फूलको अचार पनि खाने चलन छ। यो निकै स्वादिष्ट मानिन्छ।

५. अगर (Eagle Wood)

नाम– सं०–अगुरु, प्रवर, लौह, योगज, वशिक, क्रिमिज र अनार्यक। हि०–अगर, काली अगर। बं० र गु०–अगुरु। फा०–कशबेववा।

गुण– गरम, त्वचालाई हित गर्ने, तीक्ष्ण–टर्रो, पित्तकारक, नेत्ररोग र कर्णरोग, शीत, वात र कफ नाशक। यो कालो रंगको बर्ता गुणकारी मानिन्छ। गह्रौं हुनाले पानीमा फलाम झैं डुब्दछ। त्यसबाट निस्कने तेलको पनि यही गुण हो।

वर्णन– अगरको वृक्ष आसाम प्रान्तको श्रीहाट भन्ने स्थानमा बर्ता पाइन्छ। धेरै अग्लो हुने यसको विषयमा कतिपय आचार्यको मतले चार थरिको (कृष्णगुरु, कण्ठगुरु, दाहगुरु र मङ्गल्यागुरु) मानिन्छ। जुन अगर पानीमा डुब्दछ, चपाउँदा दाँतमा टाँसिन्छ, जसको स्वाद टर्रो र तीतो तथा बास्ना मनमोहक छ, त्यही उत्तम मानिन्छ।

मात्रा– एकदेखि दुइ आना भर। क्वाथ–पाँचदेखि दस तोला, तीस–देखि साठी थोपासम्म।

प्रयोग– यो वात तथा श्लेष्मघ्न पदार्थीसित अनेक रोगमा दिइन्छ। यो आमवातमा लाभदायक छ। वमन रोक्नमा प्रयोग गरिन्छ। कफले हुने छातीको पीडामा रक्सी मिसाएर प्रयोग गरन्छि। कपाल दुखेकोमा निधारमा

लगाए तत्काल लाभ हुन्छ। खोकी र श्वासमा पनि यसले निकै फाइदा गर्दछ। पेट–सम्बन्धी सबै विकारमा लाभ गर्दछ। यसको बोक्राको काढा पकाएर खाए पनि अनेक रोगमा लाभ गर्दछ।

६. अंगूर (Grape)

अंगूर नाम– सं०– द्राक्षा, स्वादुफला, मृद्वीका, गोस्तनी। हि०–अंगूर, दाख, मुनक्का। ब०–मनेका। म०–काली द्राक्षे। गु०–द्राक्षा। ने०–अंगूर।

गुण– पाकेको अंगूरले दिसा लाग्छ। शीतल र पुष्टिकारक, स्वर सपार्ने र वीर्य बढाउने हो। काँचो अंगूर माथिका गुणहरूको उल्टो र भारी हुन्छ। मुनक्का श्रमहर, स्निग्ध र मृदुरोचक हो। यो जरोको प्यास, दाहयुक्त पीडा तथा' कोष्टबद्धतामा हितकारक छ। यसको पात टर्रो र अतिसारमा प्रयोग गरिन्छ।

वर्णन– यसका लता लामा फैलिने, पात बादुलो हरियो र बैगनी मिसिएको हुन्छ। शिशिर ऋतुमा फूल फुलेपछि झुप्पामा अंगूर फल्दछन्। काँचोमा हरियो र पाकेपछि सेतो हुन्छ। सुकेपछि यही सानाखाले किसमिस र ठूलोखाले मुनक्का हुन्छ । यो पाकेपछि प्रशस्त उपलब्ध हुन्छ। खानमा स्वादिष्ट र सबै प्रकारले गुणकारक मानिन्छ।

(१) अश्मरी र अजीर्णमा– यसको लहरा खरानी पारेर खाए अश्मरी तथा बहुमूत्रमा लाभप्रद हुन्छ। दाख र मिश्री मिसाएर चूर्ण बनाएर महसित गोली बनाई एक गोली पानीसित सेवन गरे अजीर्ण नष्ट हुन्छ। यो बल वीर्य बर्द्धक, शक्तिदाता र सबै रोगमा लाभदायक हुन्छ।

७. अजवाइन (ज्वानो) (Bishops Weed Seed)

नाम—सं०—यवानिका, उग्रगन्धा, ब्रह्मदर्भा, अजमोदिका, दीप्यका, यवसाह्वा। हि०—अजवाइन। बं०—यमानी। म०—ओवा। गु०—यवान, ज्वाइन। ने०—ज्वानो।

गुण— पाचक, रुचिकर, गरम, टर्रो, अग्निदीपक, पित्तकारक, वात, कफ, गुल्म, फीयो र कृमिनाशक छ।

ज्वानोको बूटा चार—पाँच फुट अग्लो हुन्छ। यो खेतहरूमा रोपिन्छ। यसको निम्ति कालो माटो र नदी—किनारको भूमि उपयुक्त हुन्छ। मात्रा— एक मासादेखि ६ मासासम्म।

(१) ठण्डा लागेकोमा— केटाकेटीलाई चिसो लाग्यो भने कपूरसित ज्वानो मिलाएर दिए विसूचिका, उदर रोग, वायुशूल निको हुन्छ।

(२) शूलमा— ज्वानोको तेल मालिश गर्नाले वायुद्वारा हुने सन्धि—हरूको दर्द र उदरशूलमा आराम दिन्छ।

(३) घाँटी सुनिएकोमा— यदि घाँटी सुनिएको छ र कफ बर्ता जान्छ भने ज्वानो सेवन गर्नू। यदि पीडा छ भने पुल्टिस बाँधे पीडा आराम हुन्छ।

(४) हात—खुट्टा चिसो भएमा— यदि हैजामा हात—खुट्टा चिसो भए ज्वानोको ससाना पोको बनाएर सेकिदिए आराम हुन्छ।

(५) घाउ कुहेर कीरा परेकोमा— ज्वानोको सत्व छर्किदिनाले कुहेको घाउ र कीरा परेको भए पनि आराम गर्छ। ज्वानो र बीरेनून मिसाई तातो पानीसित खानाले पेटको पीडा, शूल नष्ट हुन्छ।

८. अंजीर (Fig)

नाम—सं०—काकादुम्बिका फलम्। हि०,गु०,म०,बं०—अंजीर। ने०—अंजीर।

वर्णन–यो उदुम्बर जस्तै वनस्पति हो। यसको वृक्ष अरब, ईरान र अफ्रिका तथा भारतमा पाइन्छन्। यो छ: देखि नौ फीटसम्म अग्लो हुन्छ। भारतमा यो काबुलमा पाइन्छ। खाँदा मीठो हुन्छ।

गुण– शीतल, गह्रौं, वातनाशक, रक्तपित्तहारक र रुधिर–विकार निको पार्दछ।

(१) अर्श (बवासीर) मा– दुइटा सुकेको अंजीर बेलुका पानीमा भिजाएर बिहानै खानुपर्दछ। त्यसै गरी बिहान भिजाएको बेलुका खाने गरे दस दिनमा बबासीर निको हुन्छ।

(२) श्वेत कुष्टमा– अंजीरको पातको रस लगाए बढ्दैन, थामिन्छ। अलि ढीलो आराम हुन्छ।

(३) न्याउरीले टोकेमा–अंजीर र मटर खाए न्याउरीको विष लाग्दैन। दादमा यसको दूध लगाए निको हुन्छ। विदेशमा यसको लेप घाउफोडामा लगाउँछन्। धेरैपल्ट नाथ्री फुट्ने गरे अंजीर खानाले लाभ हुन्छ। श्वास र प्रदर आदि रोगमा पनि यो लाभकारी छ। यो बलवीर्य–बर्धक उत्तम फल हो।

९. अर्जुन (Terminelia Arjun)

नाम–अर्जुनका दस नाम नै संस्कृतमा अर्जुन वृक्षका नाम हुन्। हि०–अर्जुन। बं०–अर्जुनगाँछ, गाव। म०–सालढोल। गु०–आसोदर्रा।

गुण–यो शीतल, हृदयलाई हितकारी, टर्रो र क्षत, क्षय, विष र रुधिर विकार, प्रमेह, व्रण, कफ तथा पित्त नष्ट पार्दछ।

वर्णन– यो जांगल देशीय वृक्ष हो। यसका हाँगा स्थूल, बोक्रा सेतो र तीस–पैंतीस हात अग्लो हुन्छ।

(१) घाउ धुनमा– अर्जुनको बोक्रा पकाएर त्यो पानीले घाउ धोए नयाँ–पुरानो जस्तो घाउमा पनि यसले लाभ गर्छ।

(२) हाड़ जोर्नमा– यसको बोक्रा पिंधेर लेप लगाउनू। प्रवाहिका र प्रदर, मधुमेह आदिमा यसको प्रयोग गरिन्छ। यो हृदय–रोगमा पनि सेव्य छ। यसको बोक्रा हृदयलाई बल प्रदान गर्दछ। यसको बोक्राको क्वाथ १० तोला, र चूर्ण एक वा डेढ रत्ती खानु लाभदायक छ।

१०. अतीस (Aconitum Heterophylluem)

नाम—सं०—विषा, अतिविषा; विश्वा, श्रृङ्गी, अरुणा, भंगुरा, वल्लभा आदि। हि०—अतीस। बं०—आइतच। म० अतिविष।

गुण– अतीस गर्मी गर्ने, तीतो, पेटको अग्नि प्रदीप्त पार्ने, कफ, पित्त, अतिसार, विष, खोकी, वमन र कृमिरोग नाशक छ। यसको वृक्ष हिमालयको अग्लो प्रदेशमा पाइन्छ। यसका पात नगदमन जस्तै र हाँगा च्याप्टो हुन्छ। यसको जरा नै अतीसको नामले विख्यात छ।

(१) जूका, चुर्नामा—वायुविडंगसित सेवन गर्नाले आँतमा पुगिसकेका जुका, चुर्ना बाहिर निस्कन्छन्। यो साना र ठूला सबै व्यक्तिले सेवन गर्नु लाभदायक छ। साना बालकको चुर्नामा विशेष लाभ गर्छ।

(२) ज्वरमा– अतीस आठ आना भरको मात्रामा प्रयोग गरे कुइनाइन जस्तै लाभ गर्दछ। बर्ता दिशा, उल्टी भएमा पनि यसको प्रयोग गरे हानि हुँदैन।

११. अद्रक, अदुवा (Ginger Root)

नाम—सं०—आर्द्रक, श्रृङ्गबेर, कदुभद्र, अदरक। हि० अदरक। बं०—आदा। म०—आलें। गु०—आदा।

गुण—अदुआ मलभेदक गह्रौं तीक्ष्ण उदराग्नि बढाउने, बात—कफ नष्ट पार्दछ। सुठो र अदुवा समान गुणकारक छन्। भोजनभन्दा पहिले नून र अदुवाको सेवन पथ्य, अग्निदीपक, रुचिकारक, जिभ्रो र घाँटीको शोधक छ। अदुवा सुकाएर नै सुठो बन्दछ। कुनै—कुनै जान्ने व्यक्तिको कथन छ, अदुवा र सुठो भिन्न हुन्। यसका पात बेसारको पात जस्तै हुन्छ। यो बालुआ भएको भूमिमा फल्दछ।

(१) कुष्ट पाण्डुरोग, मुत्रकृच्छ्र, रक्त—पित्त, व्रण, ज्वर र दाह आदिमा तथा ग्रीष्म—शरद ऋतुमा अदुवा खानु हुँदैन। अदुवाको झोल र मह मिसाएर सेवन गरे पुरानो खोकी पनि आराम हुन्छ।

(२) मन्दाग्नि खोकीमा— एक सेर अदुवा उमालेर बोक्रा फाली पिस्नु र यवादि बेसार नौ तोला पिंधेर घिउमा एकैछिन भुटी अदुवामा मिसाएर फेटी पिंध्नू। पछि एक सेर पुरानो शक्कर (गुड़) मिलाएर यौटा सफा पात्रमा राख्नू। यो एक तोला नित्य खानाले मन्दाग्नि र खोकी आराम गर्दछ। यो कुकुरखोकी वा लहरे खोकीमा पनि लाभदायक हुन्छ। यसको गुण यही पुस्तकको अन्यस्थानमा पनि छ।

१२. अन्धाहुली (Holestema Heedii)

नाम—सं०—अर्कपुष्पी, क्रूरकर्मा, जलकामुका। हि० अर्कपुष्पी। बं०—बडक्षीरूई; म०—सूर्यफूलवल्ली। गु०—सूर्यमुखी।

गुण— यो कृमि, कफ, प्रमेह र पित्तविकार नष्ट पार्दछ।

(१) बबासीर अलकाईमा— सुठो, शुद्ध भलायोको चूर्ण बनाई समभाग लिएर दूध र गुड (शक्कर) मा विधिवत् पकाई लड्डू बनाई १॥ देखि ३ मासासम्म चीसो पानीसित सेवन गरे बबासीर नीको हुन्छ।

१३. अनार (Pomegranat)

नाम—सं०—दाडिम, करक, दन्तबीज, लोहित–पुष्पक। हि०—दाडिम, अनार। ब०—दडिम, डालिस। गु०—दालिव।

गुण— अनारको फल गुलियो र अमिलो, अलि–अलि टर्रो पनि हुन्छ। गुलियो अनार त्रिदोष नाशक, तृप्तिदायक, वीर्यवर्द्धक र बलदायक हुन्छ।

(१) संग्रहणी र जरोमा— अनारको बोक्रा, दालचीनी, धनियाँ, मरीच र जावित्री मिलाएर सेवन गरे केटा–केटीको पुरानो खोकी र अतिसार निको हुन्छ। अनारको रस संग्रहणी र जरोमा लाभदायक छ।

(२) वमनमा— अनारको रस घिउ र चीनीको चाशनी (पाग) बनाएर सेवन गरे लाभ हुन्छ। पेट सुनिएको र दुखेकोमा पनि यसले तत्काल लाभ गर्छ।

१४. अपराजिता (Megrin)

नाम—सं०—विष्णुक्रान्ता, आस्फोता, अपराजिता। हि०—कोयल। बं०—अपराजिता। म०—जोकर्णी, काली। गु०—चोली, गरणी, काली, गरणी।

गुण— वृक्षमा लता झैं बेरिने यो सेतो र नीलो दुई प्रकारको पाइन्छ। दुवै थरि मेधा—हितकारी, दृष्टि उत्तम तुल्याउने, स्मृति र बुद्धि बढाउने छ। मूत्रदोष र पृष्ठ–सूजन र व्रण तथा विषको प्रभाव नष्ट पार्ने हो।

(१) आधा कपाल दुखेमा— यसको जरोको रस दिए आधा कपाल दुखेको निको हुन्छ। यो जरो, लहरे खोकी, पुरानो दमा, जलोदर र फीयोको विकारमा लाभदायक मानिएको छ। दुई आना वा चार आना भरिको मात्रा या ५ देखि १० तोलासम्म क्वाथ गर्न सकिन्छ। स्मृति र आँखाको तेज बढाउन

तथा कुनै पनि विषको प्रभाव हटाउने यो उत्तम गुणकारी औषधि हो।

१५. अपामार्ग (Roughchaffr Tree)

नाम– सं०–अपामार्ग, शिखरी, मयूरक, मर्कटी, किणिही, खर–मंजरी। हि०–चिरचिरा, लटजीरा, चिचिडा, ओंगा, चिचीरी। बं०–अपांग। म०– अधाडा, आधेडा।

गुण–अपामार्ग एक प्रकारको वनौषधि हो। यो गाउँ घरमा सर्वत्र पाइन्छ। यसको पात लुँडेको पात जस्तै र लामो हाँगामा फूल फल दुवै हुन्छन् । यो तीन हात जति अग्लो हुन्छ। यो अग्निदीपक, पाचक, वमन, कफ, वात, हृदय रोग, बबासीर, शूल, दाह, उदर रोग र अपचमा लाभ गर्दछ।

(१) श्वासमा–अपामार्गको फल समेतको डाँठ तमाखु जस्तै चिलिममा राखेर पिएदेखि दममा लाभ गर्दछ। यो कुकुर, सर्प र अन्यान्य विषको प्रभावमा प्रयोग गरिन्छ। यसको रस दन्त–शूलमा र स्वरस साधित तेल कान बहिरो भएकोमा लाभ गर्दछ।

१६. रातो अपामार्ग

रातो अपामार्ग–यसलाई संस्कृतमा रक्तापामार्ग, बसिर, वृत्तफल, धामार्गा र केशपर्णी भन्दछन्। हि०–लाल चिचिडा। बं०–तावडा, अघोडा। म०–रातो अघडो।

गुण– यो दिशा रोक्ने, कफकारक, शीतल र पहेंलो अपामार्गभन्दा गुणहरूमा केही न्यून छ। डाँठ र बिउमा फरक भए पनि दुवै एकैनासे हुन्छन्। यो विषको वेग हटाउन प्रयोग गरिन्छ।

१७. अफीम (Opium)

नाम—सं०—खसफल क्षीर, आफूक, अहिफेनक। हि०—अफीम। बं०—आर्फि। म०—अफू। गु०—अफीण।

गुण— अफीम शोषक, ग्राही, कफनाशक, वायु र पित्तकारक हुनका साथै दिनहुँ सेवन गर्नाले व्यक्तिलाई नपुंसक तुल्याउँछ। अफीम पोस्ताको फलको रस हो। यसलाई शुद्ध पार्न २१ पल्ट अदुवाको रसको भावना दिनुपर्दछ। पोस्ताको वृक्ष चार फुटभन्दा अग्लो हुँदैन। यसको खेती दिनाजपुर, हजारीबाग, गोरखपुर, उत्तर–प्रदेशका अन्य भागमा गरिन्छ। विन्ध्याचल र मालवाका प्रदेशमा पनि यसको खेती गरिन्छ।

(१) कानको पीडामा— अफीमलाई पोलेर चामलको चार दाना जति भस्म गुलरोगनमा मिसाएर कानमा हाल्यो भने दुख्न हराउँछ। अफीमको वेग बर्ता भयो भने घिउको प्रयोग गर्नुपर्छ। जान्ने व्यक्तिहरू अफीमलाई औषधिको रूपमा प्रयोग गर्दछन् र मूर्ख व्यक्ति चाहिं मनको वशमा परेर मन–मस्तिष्क समेत शरीर पनि नष्ट पार्दछन्। यो बर्ता सेवन गरे मात्र हानि गर्छ, उचित मात्रामा सेवन गरे रसादिको काम गर्दछ। अनेक ग्रन्थमा पनि ६० वर्ष नाघेकाले यो सेवन गर्न हुन्छ भनिएको छ।

१८. अमलतास (Pudding Pipetree)

नाम— सं०—आरग्वध, राजवृक्ष, शम्पाक, आरग्वेत, स्वर्गभूषण। हि०—अमलतास, धनबहेड़ा। बं०—सोतालु। म०—बाहवा, गु०—गरमाल।

गुण— अमलतास गह्रौं, स्वादिष्ट, शीतवीर्य र मलस्राव गर्ने तथा जरो, हृदय रोग, रक्तपित्त, वातव्याधि, उदावर्त र शूलहर हो। यसका वृक्षहरू अग्ला हुन्छन् र पात जामुनोको जस्तै चिल्लो हुन्छ।

(१) प्रसवमा— अमलतासको बोक्रा केशर र मिश्री, गुलाबजलसित पिंधेर दियो भने सहजै प्रसव हुन्छ। यसको फल मललाई नरम पारेर उत्सर्जनमा सजिलो पार्दछ। जरोमा जस्तोसुकै अवस्थामा पनि हितकारक छ। यो रेचक पनि छ। पेट—सम्बन्धी सबै विकारमा यो गुणकारक छ। स्मरण—शक्ति र बलवर्धक पनि मानिन्छ।

१९. अमरबेल (Cuscutareflex)

नाम— सं०—आकाशवल्ली, अमरवल्लरी। हि०—आकाश बेल, अमरवेल। बं०—आलोकता। म०—अन्तरवेल। गु०—अमरवेल।

गुण— यो ग्राही, टर्रो, नेत्ररोग नाशक, अग्निदीपक, हृदय हितकारी तथा पित्त, कफ र आउँ नष्ट पार्दछ। यो सुन जस्तै लता हुन्छ। यसमा पातहरू हुँदैनन्। फूल सेतो हुन्छ। यो जुन वृक्षमा बेरिन्छ त्यो सुकेर मरेपछि मात्र नष्ट भएर जान्छ।

(१) आमवात र कृमिमा— आमवातले जीउ दुखे यसलाई कुटेर बाफ लियो भने पसीना आएर लाभ हुन्छ। मुनक्का (दाख) सित पकाएर खान दियो भने पेटका कीरा (चुर्ना) मर्दछन्।

२०. अरहर (रहर) (Pigeon Pea)

नाम— स०—आढकी, तुवरी, गणपुष्पिका। हि०—अरहर। बं०—अढ़हर। म०—तुरी।

गुण— यो टर्रो, शुष्क, मधुर, शीतल, हलुको, वातकारक, कफ—पित्त रक्त—विकार नाश गर्ने तथा ग्राही एवं वर्णलाई उत्तम पार्ने छ।

(१) बाडुलीमा— रहरको भूसा तमाखू जस्तै चिलिममा भरेर पियो

भने लाभ हुन्छ। रहरको दाल सेवन गर्नाले स्फूर्ति, बल–वीर्य स्मरण शक्तिमा फाइदा गर्दछ। रहर उसिनेर खानाले पेटका अनेक रोगमा लाभ गर्दछ।

२१. अरण्ड (Castor Oil)

नाम–सं०–अरण्ड, आमण्ड, चित्र, गन्धर्व हस्तक, पंचांगुल, दीर्घदण्ड। हि०–अरण्ड (रातो–सेतो) मण्डउवा। बं०–भेराण्डा। म०–एरण्ड। गु०–एरडा।

गुण– अरण्ड मधुर, शूल तथा सूजन र कमरको दर्द, उदर पीडा, ज्वर, श्वास, कफ र खोकी, कुष्ट, वातरोग नाशक हुन्छ। यसका पात वात, कृमि, कफ, मूत्रकृच्छ्र नाशक तथा पित्त र रक्त कुपित पार्दछन्। यसको टुसा गुल्म, वस्तिशूल, कफ, वात, कृमि र सात थरिका वृद्धि नाशक हुन्छ।

(१) मासिक–धर्ममा– अरण्डको पात तातो पारेर तल्लो पेटमा राख्नाले ऋतुस्रावको न्यूनाधिक्य ठीक पार्दछ। प्रदर रोगमा पनि यसको बोक्रा फाली गुदीको शर्बत पिउनाले लाभ हुन्छ।

(२) स्तन रोगमा– स्त्रीको स्तनमा दूधका स्रोत रोकिएका छन् र सुनिएको छ भने यसको पात तताएर सेक्नाले र लेप गरेर बाँधिदिनाले आराम हुन्छ। यो जाँचेको प्रयोग हो। अरण्डको तेल जुलाब रूपमा पनि प्रयोग गरिन्छ, तर सफा पारेको मात्र खानू।

(३) काँचो पिलोमा– अरण्डको बीज पिंधेर लेप गरे पिलो चाँडै पाक्छ र सुनिएको पनि बस्तछ। घाउ–फोडामा यसको पुल्टिस लगाएर पनि आशातीत लाभ हुन्छ।

(४) उदर–पीडामा– अरण्डको काठ पोलेर त्यसको अलिकति खरानी पानीसित खानाले तत्काल लाभ हुन्छ।

(५) पोलेकोमा– अरण्डको पात कुटेर त्यो रसमा तोरीको तेल मिलाएर लगाए पोलेको दाह शान्त हुन्छ।

२२. अलसी (Linseed)

नाम–सं०–अलसी, नीलपुष्पी, पार्वती, उमा। हि०–तीसी, अलसी। म०–अलसी, जवशी। बं०–मसीना, तिसी।

गुण–अलसी मधुर, टर्रो, चिल्लो, गह्रौं, दृष्टि, वीर्य तथा वात–नाशक र कफ तथा पित्तनाशक मानिन्छ। यो सबै स्थानमा पाइन्छ।

(१) निद्रामा– काँसको थालमा अलसी र अण्डी भिजाएर तेल घोटी आँखामा लगायो भने तत्काल निद्रा लाग्दछ।

(२) खोकीमा– भुटेको अलसी पुदीनासित महमा मिसाएर चाट्यो भने कफयुक्त खोकी आराम हुन्छ।

(३) घाउ–फोडामा– अलसी पिंधेर पकाई पुल्टिस लगाए घाउ–फोडा पाक्ने र थाक्ने नभएर त्यसै बस्न सक्तछ, पुल्टिस सहँदो तातो लगाए लाभ हुन्छ।

२३. अशोक (Jonesia Ashoka)

नाम– सं०–अशोक, हेमपुष्प, बकुल, ताम्रपल्लव, पिण्डपुष्प, गन्धपुष्प। हि०–अशोगि, अशोग। बं०अस्याल। म०अशोषक। गु०–आसोपा लव।

गुण– अशोक यौटा राम्रो छायाप्रद वृक्ष हो। यसका पात १८। २० अंगुल लामा र ३ अंगुल चौडा हुन्छन्। यो शीतल, तीतो, टर्रो र वातादि दोष तथा रक्तविकार नष्ट पार्दछ। अशोक रसायन र उत्तेजक हो। यसको क्वाथ गर्भाशयका रोग हरण गर्ने हुन्छ।

(१) प्रदरमा– यसका पातको काढा पकाएर दस दिन सेवन गरे आराम हुन्छ। यसका पातको काढा पकाएर सात दिन सेवन गरे प्रसूती–सम्बन्धी सबै उदर विकार निको हुन्छ।

२४. अश्वकर्णिका (Saltree)

नाम– सं०–शाल, कार्श्य, सर्ज। हि०–शाखू। बं०शालगाछ, लताशाखा। म० लधुरालेचा। मु०–सलुरदामर।

गुण– यो टर्रो तथा व्रण, पसीना, कफ, कृमि, अद्रधि, योनिरोग, बहिरो र कर्णरोग निको पार्दछ। यसको अर्को भेद शीशम पनि हो। यसको काठ धेरै काम लाग्दछ।

२५. अडूसा (Adhatoda Vasica)

नाम– सं०–वासक, वासिक, वासा, सिंहिका, वाजिदन्त, वृष, ताम्र, सिंहपूर्ण। हि०–वासा, अडूसा, विसौटा, अरूसा। बं०–वासक। म०–अडुलसा।

गुण– अडुसा वातकारक र स्वरको निम्ति उत्तम, हृदय रोगमा हितकारी, शीतल, कफ–पित्त, श्वास, खोकी, ज्वर, वमन, प्रमेह, कुष्ट र क्षयको नाश गर्दछ।

(१) श्वासमा– अडुसाको पात चिलिममा राखेर तमाखू झैं पिए दममा लाभ गर्दछ।

(२) पेचिसमा– यसको काढामा नून मिलाएर पिउनाले पेचिसको दिसा थामिन्छ।

(३) औलोमा– यसको जरोको चूर्ण सेवन गर्नाले औलोको जरो निको हुन्छ।

(४) रक्तातिसारमा– यसको पातको स्वरस सेवन गर्नाले रक्तातिसार र उदर रोगमा लाभ गर्दछ।

(५) हृदय रोगमा– वासावलेह हृदय रोग नाशक र बलकारक हुन्छ।

(६) खोकी र जरोमा– यसको पातको काढा पकाएर चार–चार घण्टामा सेवन गरे आराम हुन्छ।

२६. आँक (Calotropis Gigantea)

नाम– सं०—अलर्क, मन्दार, वसूक, श्वेतपुष्प, प्रतापस। हि०—आम मदार, अकवन। बं०—आकन्द। म०—रूई। गु०—आकडी।

गुण– रातो र सेतो दुवै थरिका आँकले दिशा लाग्दछ। वात, कुष्ट, दाद, विष, व्रण, गुल्म, बबासीर, कफ, उदर रोग नष्ट पार्दछ। आँकको वृक्ष २ देखि ७ हातसम्म अग्लो हुन्छ। यसका पात बाटुला हुन्छन्

(१) श्वास–कासमा– आँकको जराको धूलोमा त्यसैको दूधको भावना दिएर घाममा सुकाई चुरोट बनाएर तान्यो भने लाभ गर्दछ।

(२) बबासीरमा– आँकको पातमा पाँचैथरि नून लगाई त्यसैमाथि तेल वा अमिलो लगाउनू। अनि ती पात पोलेर त्यसको खरानी एकेक मासा नित्य सेवन गरे १५ दिनमा वादी बबासीर निको हुन्छ।

(३) रुघा खोकीमा– आँकको सुकेको डाँठ चुरोट ताने जस्तै आगो लगाएर तान्यो भने चाँडै नै आराम गर्दछ।

(४) कानको दर्दमा– सोको दूधसित प्रयोग गरे कर्ण–वेदना र कृमि दुवै जान्छन्।

(५) बिच्छीले टोकेमा– बिच्छीले डंक मारेको स्थानमा आँकको दूध लगाउनाले दाह र वेदना शान्त हुन्छन्।

(६) अन्य प्रयोग– गुप्तांगको रौं सफा पार्न स्त्रीहरू पनि यसको

प्रयोग गर्दछन्। यसको पात फियो नाशक छ। यसको फूलद्वारा तयार भएको 'अर्थपुष्पवटी' ले उदर पीडा आराम पार्दछ। आँकको दूध बर्ता मात्रामा सेवन गरे वमन, विरेचन र विषको काम गर्दछ।

२७. आम (Mango)

नाम—सं०—आम्र, रसाल, सहकार, अतिसौरभ, कामांग, मधुदूत, पिकवल्लभ। हि०आम। बं०—आँवा। गु०—आम्बो। तै०—मामिडि।

गुण— आमको पुष्प (मञ्जरी) शीतल, रुचिकारक र अतिसार, कफ, पित्त, प्रमेह तथा दुष्टरक्तनाशक छ। आमको वृक्ष नचिन्ने कोही पनि नहोला। औषधिमा यसको कोया नै प्रयुक्त गरिन्छ। काँचो आँप अमिलो, टर्रो र वात—पित्त शमन पार्नेछ। यही आँप तरुण भएपछि त्रिदोष र रक्तविकार बढाउने हुन्छ। पाकेका आँप मीठो—वीर्यवर्द्धक, स्निग्ध, बल तथा सुखदायक, गह्रौं, वातनाशक, शीतल, पित्त बढ्न नदिने, कफ—वीर्य बढाउने छ। रूखमै पाकेको आँप वातनाशक, मधुर, अम्ल र किंचित् पित्तहरण गर्ने हुन्छ। पाल हालेर पकाएको आँप पित्तनाशक र बर्ता स्वादिष्ट हुन्छ। चुसेर खाने आँप भोक बढाउने, बलकारक, वीर्यवर्द्धक, शीतल र छिटै पच्ने भए पनि दस्तावर हुन्छ। आँप निचोरेको रस बलदायक, गह्रौं, वातनाशक, हृदयको निम्ति अप्रिय, तृप्तिदायक, पुष्टिकारक, बल—वीर्यवर्धक तथा शीतल हुन्छ। आँप बर्ता खानाले मन्दाग्नि, विषमज्वर, रक्त—दोष र नेत्ररोग हुन सक्तछ। अत: आँप बर्ता नखानू।

माथि लेखिएका सबै दोष काँचो आँप खाने व्यक्तिका लागि हो। पाकेको आँप त मीठो र नेत्र—हितकारी कहिएको छ।

(१) आँपको कोया अलि— अलि अमिलो र टर्रो— वमन, अतिसार तथा हृदय—दाह शान्त पार्ने हुन्छ।

(२) आगोले पोलेमा— आँपका पातको भस्म पोलेको ठाउँमा

घिउ–तेल अथवा कुनै तरल पदार्थसितमिसाएर लगाए तुरुन्त फाइदा गर्दछ।

(३) मधुमेह र पेट दुखेमा– आँपका कमलो पात सुकाएर चूर्णरूपमा सेवन गरे पेटको दर्द तत्काल आराम हुन्छ।

(४) फियोमा– पाकेको आँपको रसमा मह मिसाएर चाट्न दियो भने फियो बढेको ठीक हुन्छ। आँपको कोयाभित्रको गुदी पिंधेर नून मिलाई एक साता खाए पेट दुःखेको, पखाला लागेको आराम हुन्छ।

२८. अमला (Emblic Myrobalan)

नाम– सं०–वयस्या, आमलकी, तृष्या, जातीफलरसा, शिवा, धात्रीफल, अमृतफल र अमृता। हि०–अमला, आँवरा। बं०–आमला, आमलकी। म०–अम्बला।

गुण– अमलाको रूख नेपाल–भारतका सबै स्थानमा पाइन्छ। यसका वृक्ष अग्ला–अग्ला र पात अमिलीको पात जस्तै र पहेंलो हुन्छ। यसको वृक्ष केवल फलको निम्ति मात्र होइन कि कार्तिकको अक्षय नवमीमा यो वृक्षको मनि ब्राह्मणभोजन गराएको ठूलो माहात्म्य र पुण्य पनि छ। यसको फल अनेक प्रकारका हुन्छन्। जंगली अमलाको फल साना–साना र घरमा लगाएका वृक्षको फल ठूला–ठूला हुन्छन्। प्राय: अनेक व्यक्ति अमलाको अचार र मुरब्बा बनाउँछन्। यो त्रिफलाको प्रधान औषधि हो। जुन गुण हर्रोको हो त्यही अमलाको पनि हो, तर अमलाको विशेषता हो– रक्तपित्त, प्रमेह, धातुवर्धक र रसायन हो। अमलाको अमिलो रसले वायु; मधुर र शीतल हुनाले पित्तलाई; रुक्ष र टर्रो हुनाले कफलाई जित्तछ। यसै कारण यसलाई त्रिदोषहर भनेको हो। यसको फल, बोक्रा र बीज औषधिमा प्रयोग गरिन्छ।

(१) जरो र अतिसारको प्यासमा– अंगूरको रस र मह अमलासित शर्बत झैं प्रयोग गरे जरो, अतिसारको प्यास हराउँछ। बर्ता ज्वरमा अमला चुसे प्यास हराउँछ र दाह शान्त हुन्छ।

(२) प्रदरमा– अमलाको चूर्ण मह र मिश्रीसित मिलाएर सेवन गरे सेतो प्रदरमा आराम हुन्छ।

(३) कपाल दुखेकोमा– अमलाको चूर्ण गुलाबजलमा मिलाएर लेप गरे कपाल दुखेको आराम हुन्छ।

(४) आउँ परेकोमा– दहीमा मिसाएर दस ग्राम इसबगोल अथवा त्यसको भूस अमलाको झोलसित सेवन गरे आराम हुन्छ।

(५) पखालामा– अमलाको मुरब्बा खानाले तत्काल लाभ गर्दछ।

२९. आलु (Potatc)

नाम– सं०—आरुक, वीरसेन, वीरासक र आलुक। जुन आलु कठोर हुन्छ त्यसलाई 'कण्ठालु' भन्दछन्। जो सेतो भाव लिएको रहन्छ, त्यसलाई 'शंखालु'भन्दछन्। जो बाटुलो हुन्छ त्यसलाई 'पिण्डालु' भन्दछन्। जो मधुरता समेत गुलियो हुन्छ, त्यसलाई 'मध्यालु' भन्दछन्। जुन रातो रंगको हुन्छ, त्यसलाई 'रक्तालु' भन्दछन्। यसैलाई 'रतालु' भन्ने पनि चलन छ।

गुण– सबै जातका आलु शीतल, विष्टम्भी, गह्रौं तथा मल—मूत्र—कारक, रुक्ष, रक्त—पित्तनाशक, कफ—वातकारक, बलदायक, वीर्यवर्धक तथा स्तम्भन शक्ति प्रदान गर्ने हुन्छन्। औषधिमा रातो आलु प्रयोग गरे उत्तम हो।

(१) आगोले पोलेमा—पोलेको स्थानमा आलू पिँधेर लेप लगाए दाह जान्छ।

३०. ठूलो अलैंची (Large Cardamom)

नाम—सं०—एला,स्थूल, बडला। हि०—बड़ी इलायची। बं०—बड़ा एलायच। म०—धोखेला। गु०—मीटी एलची।

गुण— ठूलो अलैंची पाक एवं रसमा तिक्खर, वातकारक, हलुको र तातो हो। रक्त–विकार, कफ, पित्त, चिलाउने दाद, श्वास, प्यास, विष, मूत्ररोग र शिररोगनाशक हो। वमन र उल्टी नष्ट पार्दछ। यी बाहेक पेटका अनेक रोगहरूमा यसले लाभ गर्दछ।

३१. सानू गुजराती अलैंची

नाम— सं०—सूक्ष्मैला, उपकुंचिका। हि०—छोटी इलायची, गुजराती–इलायची। बं०—छोट एलायच। गु०—रानी एलायच। म०—लघुवेला।

गुण— यो मालावार र गुजरातमा बर्ता पाइन्छ। उत्तर प्रदेशको पहाडी क्षेत्र र नेपालमा पनि पाइन्छ।

(१) अजीर्णमा— अजीर्णमा अलैंची खानाले तत्काल आराम हुन्छ।

(२) हैजामा— अलैंचीको काढा पकाएर पिउनाले हैजाको छटपटी र वमन—दिसा थामिन्छ।

३२. इमली, अमिली (Tamarind)

नाम— सं०—अम्बिका, चुक्रिया, अम्ली, चिंचका, तिंतिडी। हि०—इमली। बं०—तेंतुल। म०—चिंचा। गु०—आँवली।

गुण— अमिलीको वृक्ष प्रायः सर्वत्र पाइन्छ। यो अमिलो, गह्रौं, वातनाशक, पित्त, कफ र रुधिर—विकार उत्पन्न गर्दछ। पाकेको अमिली अग्नि उद्दीपक, कफ र वातनाशक हुन्छ। यसको भोजनमा प्रयोग गरिन्छ।

(१) घाँटीको सूजनमा— अमिलीको पानीले कुल्ला गरे घाँटीको सूजन आराम हुन्छ।

(२) अर्श (बवासीर) मा—पीडा भए अमिलीको फूलबाट रस झिकेर लगाए शान्त पार्दछ। अमिलीको पात शीतल जलमा भिजाएर आँखामा पट्टी बाँधिदिए आँखा दुखेको निको हुन्छ।

३३. ऊखु (Sugarcane)

नाम— सं०—इक्षु, दीर्घच्छद, भूमिरस, गुडमूल, असिपत्र, मधुतृण। हि०—ईख। बं०—इक्षु। म०—असी। गु०—शरेडी।

गुण— ऊखु रक्तपित्तनाशक, बलदायक, वीर्यवर्धक, कफकारक, पाक वा रस दुवैमा गह्रौं, शीतल र मूत्रवर्धक। हिजो–आज ऊखु विभिन्न प्रकारका पाइन्छन् र तिनका गुण पनि भिन्न–भिन्न मानिएका छन्। पत्थरीको रोगमा ऊखु दाँतले चुस्यो भने पत्थरी स्वयं गलेर जान्छ।

३४. गुड़ (शक्कर) (Treacle)

नाम— सं०—बं०गुड़। म०—गु०—गोड।

गुण—वीर्यवर्धक, स्निग्ध, वातनाशक, मूत्रशोधक, मेधा, कफ र बल बढाउँछ। पुरानो शक्कर हलुको पथ्य, अग्निवर्धक, पित्तनाशक र वायु–रक्तशोधक हुन्छ। यसको अनुपान–भेदले अनेक गुण हुन्छन्। यसको खाँड (शक्कर) चीनी मिश्री सबै बनाइन्छ।

(१) अजीर्णमा— पचास ग्राम गुड र एक लीटर पानी पिये भने अजीर्ण शान्त हुन्छ।

(२) पखालामा— गुड़को बाक्लो झोल नाभिभन्दा तल (तल्लो पेट) मा लगाइदिए पखाला थामिन्छ।

३५. ईसबगोल (Spago Sead)

नाम— सं०—ईषद्गोलन्, स्निग्धबीजम्। हि०—ईसबगोल। म०—ईसबगोल। गु०—उख मुझीरा। बं०—ईसबगोल।

गुण— पुष्टिकारक, मधुर, शीतल, वात, कफ, रक्तातिसार र रक्तपित्तनाशक। यसको गहुँको जस्तै दानाबाट बोक्रा झिकेर त्यसैको प्रयोग गरिन्छ। यसको बोक्रा समेतको दाना पनि प्रयोग गरिन्छ।

(१) पखाला र पेचिसमा— यसको बीयाँ पिधेर सेवन गरे पेचिसको रोग निको हुन्छ।

(२) कफको पीडामा— ईसबगोलको बीजको काढ़ामा अलैचीको धूलो मिसाएर सेवन गर्नाले कफको पीड़ा शान्त हुन्छ।

(३) खोकीमा— मिश्रीको काढामा अलैचीको धूलो, इसबगोल मिसाएर चाटे तीन दिनमा आराम हुन्छ।

३६. कत्था, खयर (Acacia Catachu)

नाम— सं०—खदिर, रक्तसारगयत्री, दन्तधावन। हि०—खैर। बं०—खयर गाछ। म०—खैर। गु०—खेर।

गुण— कत्था शीतल, दाँतमा लाभप्रद, तीतो, टर्रो र खोकी, अरुचि, कृमि, जरो, प्रमेह, व्रण, श्वेतकुष्ट, कफ तथा रक्तविकार नाशक हो। यसको वृक्ष नेपालको तराईमा र नैनीतालमा पाइन्छ। यही वृक्षको काठ पकाएर कत्था तयार पारिन्छ।

(१) अतिसारमा— आमातिसारमा कत्थाको चूर्ण चार आना भरि जति प्रयोग गरे लाभ हुन्छ।

(२) प्रदर रोगमा— यसको क्वाथको पचका दिनुपर्दछ। गर्भस्रावक

र बर्ता सेवन गर्नाले पुरुषत्व नाशक हुन्छ। यसले निकै भएपछि नपुंसक तुल्याउन पनि सक्दछ।

३७।१. कपास (Catton Plant)

नाम– सं०–कार्पास, तुन्डकेरी, समुद्रान्ता। हि०–कपास। बं०–कार्पास। म०–कापसी। गु०–कपास।

गुण– कपास भारत र नेपालको सबभन्दा प्राचीन वनस्पति हो। कपास भनेपछि सबैले चिन्दछन्। यसको पात, फल, फूल–बीज, रुओ औषधिको काममा व्यवहार गरिन्छ।

(१) पानीले खाएकोमा– कपासको बीज (ज्यापु) को तेल झिकेर पानीले खाएको खुट्टा र हातमा राती सुत्ने बेला लगाए आराम हुन्छ।

३७/२. कपूर (Gamphor)

नाम– सं०–कपूर, सिताभ्र। हि०–कपूर। बं०–कर्पूर। बं०–काफूर म०–कपूर।

गुण– यो शीतल, वीर्यबर्धक; नेत्र हितकारी, सुगन्धित, मधुर, पित्तहरण गर्ने, दाह, प्यास एवं दुर्गन्ध–नाशक छ। यो पक्व र अपक्ब दुई थरिको हुन्छ। अपक्व कपूर नै लाभकारी मानिन्छ।

(१) दाँत–दर्दमा– कीरा लागेको दाँतमा दर्द भए कपूर भरिदिनाले आराम हुन्छ।

(२) प्यासमा– कपूर र चन्दन शरीरमा मालिश गरे प्यास हराउँछ।

(३) उपर्तलीमा– दुइ ग्रामदेखि पाँच ग्रामसम्म पानीसित कपूर खाए उपर्तली थामिन्छ।

३८. कस्तूरी (Musk)

नाम– सं०–मृगनाभि, मृगमद। हि०, म०, गु०–कस्तूरी। बं०–मृगनाभि।

गुण– तीक्ष्ण, तीतो, वीर्यवर्धक; कफ, वात, विष, वमन, शीतहरण गर्ने हुन्छ। कस्तूरी एक प्रकारको मृगको नाभि हो। यो पहाडी प्रदेशमा हुने मृगमा पाइन्छ। ती हरिण मारेर नाभि काटेर झिक्छन्। यसको गन्ध तीव्र हुन्छ। यदि कस्तूरी अलि बेसरी नाकले सुर्कने हो भने नाकबाट रगत आउन थाल्दछ। पित्तप्रकृति हुनेले यसको सेवन गर्नु हुँदैन। नकली कस्तूरी औषधिमा प्रयोग नगर्नू।

(१) कोखा हान्नेमा– साना बालक–बालिकालाई कोखा हान्ने (श्वासक्रिया बढ्ने) रोगमा कस्तूरीकन मह र अदुवाको रसमा मिलाएर खान दिए तत्काल लाभ हुन्छ। उपचार पुऱ्याउन नसके यस रोगमा मृत्यु पनि हुन बेर लाग्दैन।

(२) जरोमा– कस्तूरी अदुवा र महमा मिसाएर सेवन गरे नयाँ–पुरानो ज्वर निको हुन्छ। धनी–मानी वा जोसित शुद्ध कस्तूरी छ, बर्ता जाडोको दिनमा सुत्ने बेलामा एक ग्राम महसित खाएर सुते जाडो रुघा–खोकी लाग्न सक्तैन।

३९. कालो धतूरो (Thern Apple)

नाम– सं०–धतूर, धूर्त। हि०–धतूरा। बं०–धुतूरा। म०–धातरा। ने०–धतूरो।

गुण– धतूरोको झार प्रायः सबै स्थानमा पाइन्छ। यसको फूल सेतो

र यसका चार भेद—कालो, सेतो, नीलो र पहेंलो छन्। विभिन्न रंगका गुण—दोष पनि भिन्न—भिन्न छन्।

(१) सुनिएकोमा— धतुरोको पातको स्वरस, अफीम र सुठो पिंधेर लेप गरेदेखि वातको दर्द र हातखुट्टा सुनिएको आराम गर्छ।

(२) श्वासमा— धतूराको काठ चुरोट झैं सल्काएर पिउने गरे दमको रोगीलाई लाभ गर्दछ। धतुरो विष पनि हो, अलि बर्ता पर्‍यो भने मृत्यु पनि हुन्छ।

४०. मरीच (Black Pepper)

नाम— सं०—मरिच, वेल्ल, कृष्णादि। हि०—काली मिर्च।

गुण— यो मरीच अग्निदीप्त पार्ने, कफ—वात नाशक, रुक्ष र श्वास कृमि नाशक मानिन्छ। यो दुइ थरिको हुन्छ। यौटा पूर्वी र अर्को दक्षिणी। आसाम, बिहार, सिंगापुर, मलाया र दक्षिणी द्वीप—समूहमा पाइन्छ।

(१) भिरुङ्गीमा— कबाबचीनीसित मरीच सेवन गरे शुक्रमेह, अर्श र भिरुङ्गी निको हुन्छ।

(२) दाँत दुखेकोमा— यसमा मरिचको लेप लाभदायक हुन्छ।

(३) कपाल दुखेकोमा— मरीच, प्याज र नून मिलाएर लेप गरे शिर—दर्द हराउँछ। मरीचको नस लिए छीक आउँछ, शिर—दर्द समाप्त हुन्छ।

(४) पेटको रोगमा— पेट—सम्बन्धी जस्तै पुरानो रोग भए पनि मरीचको धूलो तातो पानीसित खाए निको हुन्छ।

४१. कुचला (Poison Nut)

नाम— सं०—[illegible], कारस्कार। हि०—कुचला। बं०—कुचला। म०—काजरा। गु०—झेर कुचला।

गुण— कुचला शीतल, तीतो, वातकारक, मदकारी, अत्यन्त पीडाकारक, कफ, पित्त एवं रक्तविकार नाशक हो। यो यौटा डरलाग्दो विष हो भन्ने कुरा कदापि बिर्सन हुन्न। यसको अग्लो वृक्ष र हाँगा स–साना तथा बोक्रा माटोको रंग जस्तै हुन्छ। यसको फल नारंगी जस्तै बाटुलो र फलभित्र सेतो गुदी रहन्छ।

(१) हैजामा— कागतीको रसमा कुचलाको बोक्रा मिलाएर दिए साध्य त्रिसूचिकामा लाभ गर्दछ।

(२) दादमा— कुचिलाको धूलो सिर्कामा पिंधेर लेप गरे दादमा लाभ हुन्छ। कुचिलाको मात्रा बर्ता भयो भने मानिसको मृत्यु पनि हुन सक्तछ।

४२. कुभिण्डो, पेठा (Pumpkin)

नाम— सं०—कूष्माण्ड, पुण्यफल, पीतपुष्प। हि०—पेठा, कुम्हड़ा। म०—कोहडा, कुमडा। गु०—पल्लाह।

गुण— यो पुष्टिकारक, वीर्यबर्द्धक, गह्रौं, पित्त–रक्तविकार र वात नाशक हुन्छ। पाकेको कुभिण्डो मानसिक रोग, अपस्मार (मूर्च्छा), उन्मादनाशक हुन्छ। काँचो कुभिण्डो शीतल तथा पित्तकारक कफकारक पनि हुन्छ।

(१) रक्तपित्तमा— कुभिण्डोको अवलेह (आयुर्वेदमा) कूष्माण्ड–अवलेह भन्दछन्–रक्तपित्तमा अत्यन्त लाभप्रद छ। दिनहुँ सेवन गर्नाले प्रदर, क्षीणता, वीर्यविकार र हृदय–रोगमा लाभ गर्दछ। यो शीतल वस्तु हो। अतः ठण्डा प्रकृति हुने व्यक्तिले यसको सेवन नगर्नु।

४३. केरा (Plantain)

नाम— सं०—कदली, वारणा, मोचा। हि०—केला। म०केळा। गु०—केतु।

गुण— काँचो केरा शीतल, ग्राही, गह्रौं,कफ,पित्त, रक्तविकार, दाह, क्षत, क्षय तथा वायुनाशक हो। पाकेको केरा– स्वादिष्ट, शीतल, मधुर,वीर्यवर्द्धक, रुचिकारक,शरीरको मासु बढाउने,क्षुधा,प्यास, नेत्र–रोग र प्रमेह नाशक हो। केराको वृक्ष पूरा नेपाल,भारतमा पाइन्छ। अनेक विद्वान्ले यसका अनेक भेद पनि बताएका छन्। केराको अनेक रोगमा प्रयोग हुन्छ र यसको शर्बत पनि बनाउँछन्। केरामा लौहको अंश रहन्छ। यसैले यो शक्ति बढाउन उत्तम हुन्छ। तर प्रतिदिन सेवन गर्नुपर्दछ।

४४. केशर (Saffron)

नाम— सं०—कुंकुम, घुसृण, रक्त, काश्मीर। हि०—केशर। म०— गु०—केशर। बं०—कुंकुम।

गुण— कश्मीरको केशर कश्मीरमा उत्पादन गरिन्छ। यो हलुका, पातलो र रातो रंगको रक्तकमल जस्तै सुगन्धित हुन्छ। 'बलख' को बाह्लीक क्षेत्रमा हुने केशर सूक्ष्म केतकी जस्तै सुगन्ध भएको र खैरो रंगको हुन्छ। फारसको केशर, ईरानको केशर मोटो, महको जस्तै सुगन्ध भएको र पहेंलो भावको हुन्छ।

कश्मीर, फारस, स्पेन, फ्रान्स आदि स्थानहरूमा केशरको खेती गरिन्छ। देशी र जंगली यसका दुइ भेद मानिन्छन्। केशर मिठाई, शर्बत आदिमा पनि प्रयोग गरिन्छ।

(१) शिरदर्द— मस्तकमा केसरको लेप गरे शिरःशूल हराउँछ।

(२) गर्भाशयको वेदनामा— नानी जन्मेपछि गर्भाशय वेदनामा केशरको बत्ती बनाएर योनिमा धारण गरे पीडा शान्त हुन्छ। मात्रा एकदेखि दुई रत्तीको चाहिन्छ। उत्तम केशरको परीक्षा गर्दा नारंगी रंगको हेर्नू। कालो र बोसो मिसाएको निकृष्ट केशर मानिन्छ।

४५. काँक्रो, खीरा (Cucumber)

नाम—सं०—वपुस, कटकीफल। हि०—खीरा। बं०—शंसा। म०—तौंसे, खीरा। मु०—तास्लि।

गुण— नीलो—हरीयो रंगको सानो काँक्रो मधुर, शीतल, दाह, प्यास, ग्लानि, पित्त र अति रक्तपित्त नाशक छ। पाकेको काँक्रो अमिलो, नरम, वात—कफ नाशक हुन्छ। यसको बीज शीतल पित्त एवं मूत्रकृच्छ्र कारक हो।

१. *मूत्रकृच्छ्र*— काँक्रोको दुइ तोला रस निचोरेर चार ग्राम जति कागतीको रस र मिश्री अथवा चीनी मिलाएर खाने गरे पिशाब सफा हुन्छ।
२. काँक्रोको बीज (बियाँ) गोखरू, पाखनभेद, अलैंची, केशर र सिंधेनून बराबर मिलाएर मसिनो पिंधी पाँच ग्रामको मात्रा बनाई चामलको चौलानीमा मिलाएर खाने गरे पिशाब—सम्बन्धी रोगमा लाभ हुन्छ।
३. काँक्रोको बीयाँ, दारुहल्दी र मुलेठी (जेठीमधु) बराबर मिलाई चौलानीसित खाए मूत्र—सम्बन्धी रोग निको हुन्छ।
४. काँक्रोको बीयाँ बीस ग्राम र त्यति नै सिंधेनूनमा काँजी मिलाएर खाने गरे मूत्राघात, मूत्रकृच्छ्र, मूत्ररोग आदिमा लाभ गर्छ।
५. काँक्रोको बीयाँ पाँच ग्राममा अलिकति सिंधेनून मिसाई फाँको मारेर उभी—उभी आधा किलो गाईको दूध पिउनू (बसेर होइन), यसले रोकिएको पिशाब खुल्ने र मूत्ररोगमा लाभ हुन्छ।
६. काँक्रोको बीयाँमा अलिकति परेबाको विष्ठा मिसाएर पिंधी चामलको चौलानीसित खाने गरे मूत्र—पथरी आफैं गलेर जान्छ।
७. *श्वेत प्रदरमा*—बीस ग्राम काँक्रोको बीयाँ कमलको फूलको पात दस ग्राम जति मसीनो पिसेर कमलकै जराको चूर्ण दुई ग्राम आधा तोला

मिश्री मिलाएर खाने गरे एक सातामा आराम हुन्छ।

८. *गर्भवतीको पेट दुखेमा*— काँक्रोको जरा दस ग्राम कुटेर एक पाउ पानी र एक पाउ दूध मिलाएर पकाउनू। पानी घटेर दूध मात्र रहेपछि छानेर पिउनाले लाभ हुन्छ।

९. *पिशाब पोल्नेमा*— काँक्रोको बीयाँ दस ग्राम पिंधेर एक पाउ पानीमा मिलाएर पिए पिशाब पोल्नेमा लाभ हुन्छ।

१०. *मूत्रपथरी*— जङ्गली काँक्रोको जरा बासी पानीमा पिंधेर तीन दिन खानाले मूत्र—पथरी आफैं हराएर जान्छ। यो रामवाण औषधि हो। वन—काँक्रोको तीतो हुनाले बंगालमा यसको अचार बनाएर खान्छन्। बंगालमा यसलाई बोनो काँकुड़ र हिन्दीमा जंगली लकड़ी अथवा अरण्ड—ककड़ी, कतै—कतै 'पेइन्ठुला' पनि भन्दछन्। यो मूत्र—पथरीको उत्तम औषधि हो।

४६. गुलर (Figtree)

नाम— सं०—उदुम्बर, जन्तुफल। हि०—गुलर। बं०—यज्ञ उडमुर। म०— उम्बर। ग०—उम्बरो।

गुण— शीतल, रुक्ष, गह्रौं, व्रणशोधक, पित्त—कफ एवं रक्तविकार शान्त पार्दछ। यो फल स्वादमा मीठो भए पनि यस—भित्र प्वाँख भएका साना—साना कीरा हुन्छन्। ती कीराको पुच्छर लामो हुन्छ।

(१) भिरुङ्गीमा— गूलरको जरो कुटेर रसमा चीनी र कालो जीरा मिसाई सेवन गरे भिरुङ्गी आराम हुन्छ।

(२) प्रदरमा— गूलरको फलको चूर्ण छानेर महमा मिसाई स—साना गोली बनाएर दिनको एक गोली सेवन गरे एक सातामै आराम हुन्छ।

(३) रक्तातिसारमा— हरियो र सुकेको गूलरको फल पानीमा पिंधेर मिश्री मिलाई सेवन गरे बवासीर, रुधिर विकार र रक्तातिसार निको हुन्छ।

४७. गोभी, फूलगोभी (Cowliflower)

नाम— सं०—गोजिह्वा, गोजिका। हि०—गोभी, तितली। बं०—दाडिशाक। म०—पाथरी। गु०—गलजीभी।

गुण— वन काउली वातकारक, शीतल, टर्रो, पित्त, प्रमेह, खोकी, रक्तविकार, व्रण र जरोहरण गर्दछ। काउली प्राय: सबै स्थानमा खेत र वनमा पाइन्छ। यसको जरोमा छ: सातवटा हाँगा निस्केर भूमिमा फैलिन्छ। यसको तरकारी खान्छन्। यो शीतकारक हुनाले वातरोगीलाई हानिकारक मानिन्छ।

४८. घिउकुमारी (Barbedols Aloes)

नाम— सं०—कुमारी, गृहकन्या। हि०—घी—कुमार, ग्वारपाठा। बं०—घृतकुमारी। म०—कोरकाँटा। गु०—कुवार।

गुण— तीतो, दस्तावर, शीतल, नेत्र—हितकारी, मधुर, वीर्यवर्द्धक, विष, गुल्म, प्लीहा, अण्डवृद्धि, अग्निदाह, पित्तविकार र छालाका रोगमा आराम गर्दछ। यसको वृक्षमा पातैपात हुन्छ, त्यसमा गुदी भरिएको रहन्छ। पातको दुवैतिर किनारमा गसीना काँढ़ा हुन्छन्।

(१) सुनिएकोमा— घिउकुमारीको गुदीमा अम्बाहर्दी पिंधेर माथिबाट छर्की केही तातो पारेर टप्प बाँधिदिए सबै प्रकारको सूजन हराउँछ।

(२) आँखा दुखेमा— घिउकुमारीको रस लगाए नेत्र—पीडा शान्त हुन्छ।

(३) कपाल दुखेमा– तालुमा घिउकुमारीको गुदी राखे कपाल दुखेको आराम हुन्छ। गर्मी प्रकृति हुने व्यक्तिले सेवन नगर्नू।

४९. गुग्गुल (Indian Delium)

नाम– सं०–गुग्गुल, देवधूप, जटायु। हि०–गूगल। बं०–गुगुल। गु०– गुग्गुल। यो महिषाक्ष, महानील, कुमुद, पद्म र हिरण्य पाँच थरिका हुन्छन्।

गुण– जुन गुग्गुल आँजन वा भ्रमराको रंग जस्तै हुन्छ, त्यसलाई 'महिषाक्ष' भन्दछन्। बर्ता नीलोलाई महानील, कुमुद वर्णकोलाई कुमुद र माणिक्य जस्तै टल्कनेलाई पद्म तथा सुनको जस्तै वर्ण हुनेलाई हिरण्याक्ष गुग्गुल भन्दछन्। महिषाक्ष र महानील हात्तीको निम्ति, पद्म घोडाको निम्ति र हिरण्याक्ष मनुष्यको निम्ति श्रेयस्कर हुन्छ। यो तीतो, उष्ण, वीर्यबर्धक, पित्तकारक, टर्रो, भाँचिएको हाड जोर्ने, रसायन, अग्निदीपक, कफ, वात, व्रण,भेद– प्रमेह, पथरी, कुष्ट, आमवात, सूजन, बबासीर, गण्डमाला, कृमिरोग एवं त्रिदोषनाशक हुन्छ।

गुग्गुल सेवन गर्नेले अमिलो, पीरो, अजीर्ण हुने पदार्थ,परिश्रम, घाम, मैथुन र मदिरापान त्यागिदिनुपर्दछ। यो वात–व्याधि, गल–गण्ड, कण्ठमाला, चर्मरोग र पुरानो घाउ–खतमा बर्ता लाभ गर्दछ। आयुर्वेदमा वर्णित 'योगराज गुग्गुल' बात–विकारमा अत्यन्त हितकारी छ।

(१) गठियामा– सोधेको गुग्गुल सेवन गर्नु लाभदायक छ। तर यसको सेवन गर्दा वैद्यको सल्लाह लिए राम्रो हुन्छ।

५०. गुलाब (Cabbage Rose)

नाम– सं०–शतपत्री, तरुणी, कर्णिका। हि०–गुलाब। बं०–गोलाब। म०–गुलाबाँ चे, फूल सुर्ख।

गुण– यो शीतल, वीर्यवर्धक, तीतो, पाचक, रुधिर–विकार एवं त्रिदोष नाशक छ। यसका वृक्ष उद्यान व घरमा पनि पाइन्छन्।

यो वर्णभेदले तीन थरि (सेतो, रातो र कालो) को हुन्छ। हिजो–आज चीनियाँ गुलाब पनि दृष्टिगोचर हुन्छ। यो दाह र पित्तशामक हुन्छ। अब त यसको सयकडौं प्रकारको विकास भइसकेको छ।

गुलकन्दको विधि– गुलाबका फूलको पात–पात जम्मा पारेर राम्रो मिश्री धूलो पारेर दुवैलाई चीनियाँ भाँडोमा खाँदेर घाममा राख्नू। भाँडोको मुख बन्द राख्नू। केही दिनपछि दुवै एकाकार हुन्छन्। अनि शर्बतको रूपमा वा त्यसै पनि खान हुन्छ। यो शीतल पेय हो। गुलाबजल बोतलमा हालेर विवाहादि मंगल कार्यमा छर्कने चलन पनि छ।

५१. सयपत्री (गेंदा) (Marigold)

नाम– सं०–पद्मचारिणी, अव्यथा। हि० गेंदा

गुण– मूत्रकृच्छ्र, पथरी, शूल, श्वास र विष–विकार नाशक हुन्छ। यो कटु, तीतो, टर्रो र बात–पित्तनाशक हुन्छ। सयपत्रीका सबै वृक्षका गुण प्रायः एकैनासं हुन्छन्।

(१) कानको पीडामा– सयपत्रीको पातको अर्क कानमा हाले कान दुखेको आराम हुन्छ। सयपत्रीको फूल माडेर झिकेको झोल मनतातो पारेर कानमा हाले कानको पीडा र पीप बग्ने पनि निको हुन्छ।

(२) स्तनको सूजनमा– यदि कुनै स्त्रीको स्तनमा अकारण अथवा चिलाउने रोग लागेर सुनिएको छ भने सयपत्रीको पातको रस मर्दन गर्नाले लाभ हुन्छ।

५२. लुँडेको साग (चौलाई)

नाम– सं०–संतुलीय, मेघनाद। हि०–चौलाई। बं०–नेट शाक। म०–तान्दुलजा। गु०–तान्दुलजो।

गुण– शीतल, पित्तनाशक, रक्तदोष मलमूत्र निःसारक र विष–नाशक हुन्छ। यसको जरो एक तोला, ६ मासा पानीमा पिंधेर गाईको घिउसित सेवन गरे तत्काल फाइदा गर्दछ।

(१) उदर रोगमा– यो साग दिनहुँ सेवन गरे पेट सफा हुन्छ र अनेक रोग आराम गर्दछ।

५३. चन्दन (Sandal Wood)

नाम– सं०–श्रीखण्ड, चन्दन, मदश्री। हि०–चन्दन, सफेद चन्दन। बं०, म०–चन्दन। गु०–लुघड़ा।

गुण– शीतल, रुक्ष, टर्रो, हलुको, कफ, तृषा, पित्त, रक्तविकार र दाहनाशक हुन्छ। जुन चन्दन स्वादमा तीतो, पिंध्दा पहेंलो, काट्दा रातो, माथिबाट हेर्दा सेतो गाँठोदार छ भने त्यो चन्दन उत्तम मानिन्छ। मलयाचलमा हुने चन्दन मदश्री अथवा मलयज कहिन्छ।

(१) कपाल दुखेकोमा – गुलाबजल र कपूरसित चन्दनको तेलको लेप गर्नाले मस्तक पीडा र चर्मरोगादि आराम हुन्छ।

(२) गर्भस्रावमा– चन्दन–बीजको रुओमा बत्ती बनाएर योनिमा

राख्यो भने निश्चय गर्भस्राव हुन्छ।

(३) डण्डीफोरमा— पहेंलो चन्दनको लेप लगाए मुखमा निस्केको डण्डीफोर निको हुन्छ। रातो चन्दनको गुण पनि सेतो वा पहेंलोको जस्तै हुन्छ।

(४) भिरुङ्गीमा— चन्दनको तेल चीनीमा हालेर पानीसित खाने गरे पुरानो भिरुङ्गी पनि निको हुन्छ। पीप बग्ने स्थिति भइसकेको छ भने डॉक्टरलाई देखाउनू आवश्यक छ।

५४. चना (Gram)

नाम—सं०—चणक, हरिमथक। हि०—चना, छोला। बं०—छोलार—गाछ। गु०—चणा। म०—चणे।

गुण— शीतल, रुक्ष, वातकारक र रक्तपित्त ज्वरनाशक। तेलमा तारेको चनामा पनि यिनै गुणहरू पाइन्छन्। भुटेको चना बलबर्धक एवं रुचिकारक हुन्छ। काँचो चना बर्ता रुक्ष र वात—व्यथा, कोष्ठ—कुपित पार्दछ। ताजा हरियो चना कफनाशक, कोमल, रुचिकाकर, पित्त, शुक्रनाशक, वातनाशक, कफ—पित्त विनाशक हुन्छ।

(१) खोकीमा— भुटेको चना राती सुत्ने बेलामा बेसरी चपाएर खाई पानी नपिएर सुत्नू। कस्तै पुरानो खोकी पनि निको हुन्छ।

(२) उदर विकारमा— पेटमा पीडा र पेट निमोठ्नेमा भिजाएको चना नूनसित सेवन गरे लाभ हुन्छ। तर प्रतिदिन बिहान पचीस ग्रामभन्दा बर्ता नखानू।

(३) कब्जियतमा— भिजाएको चना पचास ग्राम जति गुणसित सेवन गरे पेट सफा हुन्छ, तर चिसो पानी दिनभरिमा पाँच—सात लीटर खानु आवश्यक छ।

५५. चम्पा (Champaca)

नाम– सं०–चाम्पेय, चम्पक, हेमपुष्प। हि०–चम्पा। बं०–चाँपा। गु०–चम्पो। म०–सोनचाँपा।

गुण– यो टर्रो, मधुर, शीतल र विष, कृमि, मूत्रकृच्छ्र, वात, कफ एवं पित्त रक्तविकार नाशक हुन्छ। चम्पाको वृक्ष निकै आदरसाथ बगैचामा लगाउँछन्। पात लामा–लामा महुआका पात जस्तै र फूल पहेंलो चार–पाँच पंखुड़ी र केशरयुक्त हुन्छन्। मालवा देशमा यसको बर्ता उत्पादन गरिन्छ। यसको पातको काढा पकाएर चीनी वा मिश्री हाली सेवन गरे पेट–सम्बन्धी सबै रोग आराम हुन्छ।

५६. चमेली (Jasmine)

नाम– सं०–जाति, मालती। हि०–चमेली। बं०चामिली। म०–मोगऱ्याचा। गु०–चमेली।

गुण– सेतो फूल हुने चमेली र पहेंलो फूल हुने स्वर्ण जाति कहिन्छन्। दुवै थरि पीरो, टर्रो, तीतो,दोषजित, मस्तक रोग, नेत्ररोग, मुखरोग, विष र दन्तशूल रक्तविकार नाशक हुन्छ।

(१) लिंग दृढताको निम्ति– चमेलीको तेलमा रायो पिंधेर लिंगमा बाँध्नू। केही दिनमा दृढता आउँछ, तर यसको मुख्य उपचार हो बर्ता मैथुनमा प्रवृत्त नहुनू। प्रतिदिन सम्भोग गर्नाले लिंग शिथिल हुन्छ र इच्छा गरेको वेलामा धोका दिन्छ। पछि नपुंसक पनि तुल्याउन सक्दछ। सकेसम्म मनको वेग रोकेर सम्भोग कम गर्नू। यसको मुख्य उपचार यही हो।

(२) दन्तशूलमा– चमेलीको पात चबाउनाले दाँतको दर्द जान्छ र

दाँत पनि बलिया हुन्छन्। यो काम केही दिनसम्म गर्दै रहनुपर्दछ।

५७. चिराइता (Chireta)

नाम— सं०—कटुतिक्त, ज्वरान्तक। हि०—चिराइता। बं०—चिराइता। गु०—चिरत, करियांतु।

गुण— चिरायता दस्तावर, शीतल, तीतो र सन्निपात, ज्वर, कफ, रक्त—पित्त, कास—कुष्ठ, कृमिनाशक हुन्छ।

दादमा— एक तोला चिरायता,एक तोला पित्तपापड़ा,एक तोला हर्रो, यी तीनै थरिलाई पानीमा भिजाएर प्रातः पानी छानेर पिउने गरे दाद—दिनाइ आराम हुन्छ। कुनै नशा (मात) लाग्ने वस्तुको लत लागिसकेको छ भने अर्थात् अफीमको बानी छुटाउनु छ भने चिराइताको झोल खान दिए छुट्दछ। सेवन गर्नेमा आत्मबल हुनुपर्दछ।

५८. चिचिण्डा (Sankegourd)

नाम— सं०—चिचिण्डा, श्वेतराजि, सुदीर्घ, गृहकूलक। हि०—चचेंडा। बं०—चिचिण्डा। म०—टरकाकड़ी। गु०—पडोलुम।

गुण— वात तथा पित्तनाशक, बलकारी, रुचिकारक र क्षयरोगीको निम्ति अत्यन्त हितकारक मानिन्छ। यसको तरकारी खाने पनि चलन छ। क्षय रोगीले यो काँचै खाए पनि लाभ हुन्छ।

५९. जवासा (Alhagi)

नाम— सं०—यास, यवास, दुःस्पर्श। हि०—जवासा। बं०—यवासा। गु०—जवासो। यसलाई काँट, चुबुक, धमासा पनि भन्ने चलन छ।

गुण— भावप्रकाशमा यवासा र धमासा नामले दुइ भेद पाइए पनि निघण्टु आदिको मतबाट क्षुद्र दुरालमा नाम यसको तेस्रो भेद हो। जवासा स्वादिष्ट, दस्तावर, तीतो, शीतल, कफ, मेद, रक्तविकार कोढ, खोकी, विसर्प, वमन, ज्वरनाशक पनि छ।

(१) श्वासमा— जवासा, कालो धतूरो, सुर्ती र ज्वानो मिसाएर तमाखू जस्तै ताने श्वास रोगमा लाभ गर्दछ। जवासाको प्रयोग उदर विकारमा पनि गरिन्छ, तर सेवनभन्दा पहिले जान्ने वैद्यको सल्लाह लिए असल होला।

६०. जाइफल (Nutmeg)

नाम— सं०—जाडिफल। हि०, बं०, गु०—जायफल।

गुण— जाइफल स्वादमा तीतो, तीक्ष्ण, तातो, रुचिकर, मुखको स्वाद सपार्ने, पिनाश र हृद्—रोग निको पार्दछ। यो बादुलो, कुखुराको फुल जस्तै आकारको र चिल्लो पात भएको वृक्षमा फल्दछ।

(१) वात—व्याधिमा— तोरीको तेलसित मिसाएर मालिश गरे वात व्याधि निको हुन्छ। स—साना बालकलाई सर्दी लागेर स्याँ—स्याँ भएको बेला यो दूधमा घोटेर चटाए लाभ गर्दछ। यसको मात लाग्ने हुनाले बर्ता सेवन गर्नु हुँदैन।

६१. जिमीकन्द वा ओल

नाम सं०—सूरण कन्द। हि०—सूरन, जिमीकन्द। बं०—ओल। म०—सूरण। गुज०—सूरण।

गुण— दीपन, रुक्ष, टर्रो, चिलाउने, रुचिकारक, कफ र बवासीरलाई

लाभदायक, प्लीहा र घाँटीका रोग–निको पार्दछ। यो दाह, कुष्ठ र रक्तपित्तको रोगीलाई लाभकारक छैन।

(१) बबासीरमा– ओलको ससाना टुक्रा पारेर छायामा सुकाई कूट छान गरी दस मासाको मात्रा बिहानै सेवन गरे खूनी–वादी बबासीर र बेर्नो निस्कनेमा पनि आशातीत लाभ गर्दछ। रविवार र मङ्गलवार ओलको ससाना सात टुक्रा पानीसित सलक्क नचपाईकन निले गानो, बबासीर पनि निको हुन्छ।

६२. जीरा (Cuminseed)

नाम–सं०–जीरक, जरणी, जाजी। हि०–जीरा। यसका तीन भेद छन्– १. कालो जीरा २. सेतो जीरा ३. कलौंजी।

(१) मूत्रकृच्छ्रमा– एक तोला जीरा र एक तोला शक्कर मिलाएर खानु लाभ गर्छ।

(२) दूध बढाउनमा– सेतो जीरा, साठी चामल र लोध यी सबैको ६–६ मासाको मात्रा गाईको दूधसित पकाएर गाईकै घिउमा मिसाएर पिउनाले स्त्रीहरूको दूध बढ्दछ।

(३) भोक नलाग्नेमा– भुटेको जीरा मसिनु पिंधेर एक चम्चा घिउ हालेको भातमा छरी तीन–चार गाँस खाएर अनि पेटभरि खानू। यसले अग्निमान्द्य र भोक नलाग्ने रोगमा तत्काल लाभ गर्दछ।

(४) पेट सुनिएकोमा– जीरा–पानी पकाएर बीरेनून, सीधेनून र साँभर नून एकेक ग्राम मिसाएर एक साता सेवन गरे पेट ढुस्सिने, अमिलो डकार आउने र पेट घोच्ने आदि रोगमा रामबाण झैं फाइदा गर्दछ।

६३. तुलसी (Basil)

नाम—सं०—तुलसी, सुरसा। हि०, बं०, गु०, म०—तुलसी। तुलसी सेतो र कालो दुइ थरि भए पनि गुण एकै समान हुन्छन्। धार्मिक दृष्टिले तुलसीको पूजा पनि गरिन्छ।

गुण— यो तीतो, अग्निदीपक, हृदयलाई हितकारी, तातो दाह र पित्त बढाउने, मूत्रकृच्छ्र, कुष्ट, रक्तविकार, बालकको दममा, कोखा हान्नेमा लाभ गर्दछ। यी बाहेक तुलसीका अरू पनि धेरै गुणहरू निम्नलिखित छन्। पाश्चात्य मतमा सेतो तुलसी ऊष्म, पाचक र बालकहरूको कफ रोगमा प्रयोग गरिन्छ।

(१) कालो तुलसी— शीत, स्निग्ध, कफ एवं ज्वरनाशक छ। फुफ्फुसबाट कफ बाहिर निकाल्नको निम्ति मरीचसित सेवन गर्दछन्। तुलसीका पात सुकाएर कफ नाशनका लागि काढा पकाएर खाने गर्दछन्। सुठोसित सेवन गर्नाले ज्वर नष्ट हुन्छ। कागती (निम्बूको) रससित तुलसीको तेल दले दाद, चिलाउने चर्मरोग निको हुन्छ। तातो हावा (लू) लाग्यो भने तुलसीको रसमा शक्कर मिलाएर पिए लाभ गर्दछ। तुलसीका अरू गुणहरू यसै पुस्तकको अन्य स्थानमा हेर्नु।

६४. तिल (Niger)

सेतो, कालो र रातो तीन थरिका तिल हुन्छन्।

गुण— तिल अलि–अलि तीतो, टर्रो, स्निग्ध, उष्ण, कफ–पित्त नाशक, बलकारी, त्वचालाई हितकर, दुग्धबर्धक, व्रणनाशक, ग्राही, वातनाशक, अग्निदीपक, बुद्धिबर्धक, दाँतलाई उत्तम पार्दछ। कालो तिल सर्वश्रेष्ठ तथा वीर्यवर्धक छ। सेतो तिल मध्यम र रातो तिल गुणहीन हुन्छ। यस्तो

विद्वान्‌हरूको मत छ। आयुर्वेदमा 'तिलस्य विकार: तैल:' तेल भनेको स्थानमा तिलको तेल नै ग्रहण गरिन्छ।

(१) बवासीर– चार तोला कालो तिल शीतल जलसित खानाले। बबासीर निको हुन्छ। भुटेको तिल पिंधेर अचार जस्तै सेवन गरे पनि बबासीरमा लाभ हुन्छ। तर केही दिनसम्म सेवन गर्नुपर्दछ।

६५. ताल, ताड़ (Palmyrapalm)

नाम– सं०–ताल, तृणराज। हि०–ताड़। बं०–ताल। म०–गु०–ताल।

गुण– पाकेको फल पित्त, रक्त तथा कफबर्धक, तन्द्रा र वीर्यबर्धक छ। नयाँ ताड़ मज्जा, किंचित् मदकारी (नशा), कफकारक एवं स्निग्ध, मधुर र दिसा लाग्ने हुन्छ।

(१) ताड़को नवीन रस (ताड़ी) निकै मदकारी हुन्छ। पाश्चात्य मतमा ताड़ शीतल, श्रमहर तथा मूत्रकारक हुन्छ। ताड–वृक्ष निकै अग्लो हुन्छ। यसमा हाँगा हुँदैनन्, तर यसका काण्डबाट नै पात निस्कन्छन्। यसको भाले–पोथी दुई भेद हुन्छ। भाले वृक्षमा फूल मात्र लाग्छ फल हुँदैन। पोथीमा नरिवल जस्तै बाटुलो फल फल्दछ। प्रारम्भमा नै त्यसलाई काटेर जुन रस–संचय गरिन्छ, त्यसैलाई ताड़ी भन्दछन्। यो उदर–विकार र कब्जियतमा प्रात: दिनहुँ सेवन गरे लाभ हुन्छ।

६६. तमाखु (Tobacco) सुर्ती

नाम–सं०–तमालपत्र। हि०–तम्बाकू, तमाखू। बं०–तामाक, तमाकू। म०–तमाकू। गु०–तमाकू।

गुण– शालिग्राम निघण्टुको आधारमा यो तीक्ष्ण, उष्ण, वस्ति–

शोधक तथा मदकारक हो। खानाले रिङटा लाग्छ। शक्तिनाशक, वमनकारक, कफ, श्वास, वात र सूजन नष्ट पार्दछ। सुकेको पात उत्तेजक र यदा–कदा विरेचक हुन्छ। बर्ता मात्रामा सेवन गर्नाले हृदय र श्वास–प्रश्वास क्रिया घटाउँछ। यसले मृत्यु पनि हुन सक्तछ। बर्ता सेवनले देहमा अवसाद (केही नगरेर सुतिरहूँ भन्ने स्थिति) र स्त्री–संभोगको इच्छा घटेर जान्छ। बालक र युवकवर्गले तमाखु खानु र सुर्ती सेवन गर्नु निषिद्ध छ। कसै–कसैलाई सुर्तीको धूलोले दाँत माझ्दा लाभ पनि हुन्छ। यो एक प्रकारको क्षुद्र जातीय वनस्पति हो। यसको वृक्ष एक गज जति अग्लो हुन्छ र पात नै बर्ता व्यवहार गरिन्छ। अनेक व्यक्ति सुर्तीको पात खान्छन् वा बीड़ी पिउँछन्। आयुर्वेदका प्राचीन लिपिमा यसको उल्लेख पाइन्न, तर राज–निघण्टुमा तमालपत्रको नामले उल्लेख पाइन्छ।

(१) वायुविकारमा– तमाखु सेवन गर्नाले पेटका रोग र वायुमा निकै लाभ गर्दछ। यो साठी वर्षभन्दा बर्ता उमेर भएका व्यक्तिलाई विशेष लाभदायक छ। दमा, वायुविकार र अजीर्ण, अम्लपित्तमा यसले धेरै लाभ गर्दछ। यसको प्रमाण निघण्टुमा खोजे पाइन्छ।

६७. दूबो (Creeping Cyondan)

नाम– सं०–नील दूर्वा, रुहा। हि०–हरी दूब, नीली दूर्बा। बं०–नीलदूर्बा। गु०–नीलीध्रो।

गुण– हरियो दूबो शीतल, तीतो, टर्रो, कफ–पित्त–रक्तविकार, तृषा, दाह एवं त्वचा–रोगनाशक छ।

(१) खूनी बबासीरमा – तलाउको नगीचैको हरियो दूबो माटाको भाँडामा अलिकति पानी हालेर आगोमा बसाल्नू। बाफ आउन थालेपछि त्यही बाफको तातोले सेके पीडा शान्त हुन्छ।

(२) सेतो दूबो– यसलाई संस्कृतमा श्वेतदूर्वा, गोलोमी भन्दछन्। हि०–सफेद दूब। बं०–सादा दूबो। म०–श्वेत दूबो। गु०–घीलोघ्री भन्दछन्।

(३) दशमूल– लघु पंचमूल र बृहत् पंचमूल दुवैलाई मिसाएर नै दशमूल भन्दछन्। यो त्रिदोषनाशक। श्वास–कास (खोकी), कपाल दुखेको, सूजन, ज्वर, कोखा हान्ने पीडा, अरुचि आदिमा आराम गर्दछ। स्त्रीहरूको प्रसूति कालमा यो सेवन गर्न योग्य छ।

६८. नाशपाती

नाम– सं०–अमृत फल। हि०–नाशपाती।

गुण– वीर्यवर्धक, हलुको, वातादि दोषनाशक। स्याउ र नाशपाती **झण्डै एउटै** जातका वृक्ष हुन्। यो वृक्ष पर्वतीय भूमि; जस्तै काश्मीर, नैनीताल आदि स्थानमा पाइन्छ। वृक्ष अम्बाको जस्तै भए पनि पातमा फरक हुन्छ। नाशपाती शीतल फल हुनाले आफ्नू शरीरको प्रकृति विचार गरेर मात्र सेवन गर्नु उत्तम हुनेछ।

६९. नरिवल (Coconut Plam)

नाम– सं०–नारिकेल, दृढ़फल, लांगली। हि०–नारियल। बं०–नारिकेल। **म०–नारल**। गु०–नालीएर।

गुण– **नरिवल शीतल, ढीलो** पच्ने, पुष्टिकारक, वात–पित्त–रक्त–विकार र **दाहनाशक हो। काँचो** नरिवल पित्तज्वर र पित्तविकार नाशक हुन्छ। सुकेको **फल गह्रौं, पित्तकारक हुन्छ**। नरिवलको पानी शीतल, अग्निदीपक, **वीर्यवर्धक, प्यास र पित्तनाशक हुन्छ**। यसको वृक्ष समुद्र किनारमा **पाइन्छ। सात–आठ वर्षपछि यसमा** फल लाग्न थाल्दछ। यसको साह्रो **बोक्रा** हटाएपछि **भित्र** सेतो रंगको गुदी निस्कन्छ। त्यही नरिवल

सुकेपछि खाने मसलामा मिसाउँछन् वा खीरमा टुक्रा पारेर हाल्दछन्। नरिवलको तेल कपालमा लगाए कपाल कालो र लामू हुन्छ।

(१) ज्वरको प्यासमा— नरिवलको जरा पोलेर तातो पानीमा राखिदिनू। चिसो भएपछि जरोको प्यासमा त्यो पानी दिनाले लाभ हुन्छ।

७०. नीम (Nimbtree)

नाम— सं०—निम्ब, पिलुमर्द। हि०—निम्ब, नीम। बं०—निमगाछ। म०—कडूलिम्ब। गु०—लिमबडी।

गुण— यो शीतल, ग्राही, अग्नि, वात, श्रम, तृषा, ज्वर, व्रण, कफ, श्वसन, कोढ़ तथा प्रमेह नाशक छ। नीमको पात आँखाको निम्ति हितकारी, कुष्ट—कृमि—विषनाशक छ। नीमको वृक्ष ठूलो र अग्लो हुन्छ। यो वृक्ष नचिन्ने कोही नहोला।

(१) फोडामा— नीमको पात र मइन आलसको तेलमा घोटेर मलहम बनाउनू। यो मलहम घाउ—फोडामा लगाए लाभ हुन्छ।

(२) मानिस र पशुहरूको घाउमा— नीमको पात उमालेर त्यो पानीले घाउ धोइदिनू। नीमको पात कार्बोलिक एसिडभन्दा बर्ता उपयोगी सिद्ध भइसकेको छ।

(३) लुगा र पुस्तकहरूमा कीरा— नीमको पहेंलो र सुकेको पात पुस्तकमा राखिदियो भने तथा लुगामा पनि राख्नाले कीरा लाग्दैन।

(४) जरोको दुर्बलतामा— नीमको बोक्रा पकाएर काढा बनाई पिउनाले जरोपछिको दुर्बलतामा आराम हुन्छ।

(५) पालो गरेर आउने जरोमा— दुई दिन वा तीन दिन बिराएर आउने जरोमा नीमको बोक्रा पकाएको काढा पिउनाले जरो थामिन्छ।

(६) कानबाट पीप बग्नेमा— नीमको तेलमा मह मिसाएर त्यसैमा

रूबो भिजाई कानमा राखे कानबाट पीप बग्ने आराम हुन्छ।

(७) मस्तिष्कको कृमिमा– नीमको पातको रस तिलको तेलमा मिसाएर नस लियो भने कीरा मर्दछन्।

(८) आँखाको दर्दमा– नीमको कमलो पातको रस मनतातो पारेर जुन आँखामा कष्ट छ, त्यसको विपरीत अर्कोतिर कानमा हालिदिनू। यदि दुवै आँखामा कष्ट छ भने दुवै कानमा हालिदिनू आराम हुन्छ।

(९) नाथ्रो फुट्नेमा– नाकबाट नाथ्रो फुटेर बग्ने रगतको निम्ति नीमको पात र ज्वानो पानीमा पिंधेर कनपारामा लगाए तुरुन्त रगत थामिन्छ।

(१०) दादमा - नीमको पात दहीमा पिंधेर लेप गरे दाद हराउँछ।

(११) शंखिया वा अफीमको विषमा– नीमको फलबाट झिकेको तेल वा पातको रस पिउन दिए विष ओर्लन्छ। आराम हुन्छ।

(१२) डण्डीफोरमा– नीमको जरोबाट झिकेको बोक्रा पानीसित चन्दन जस्तै पिंधेर मुखमा लेप गरे एक सातामा लाभ हुन्छ।

७१. नारंगी (Orange)

नाम– सं०—नारंग, नागरंग। हि०—नारंगी। बं०—नारंग, लेबु। म०—नारिंग। गु०—नारिंगी।

गुण– यो अमिलो, मधुर, रुचिकारक एवं वातनाशक छ। नारङ्गीको वृक्ष धेरै अग्लो हुँदैन। कागतीको जस्तै सेतो फूल र सुगन्धित हुन्छन्। फल बाटुलो र काँचोमा हरियो, पाकेपछि वसन्ती रङ्गको हुन्छ।

(१) सैनमा– नारंगीको गुदी तातो पारेर बाँधिदिए पुरानो सैन पल्टिएको पनि आराम हुन्छ।

(२) पेटको कीरामा– नारङ्गीको वृक्षको बोक्रा पानीमा पकाएर काढा बनाई खानाले पेटका कीरा मर्दछन्।

७२. नीबू, कागती (Lamon)

नाम— सं०—निम्बू, निम्बुक, निम्बूक। हि०—नीबू,कागती। बं०—कागजी। म०—कागजी निंबू।

गुण— कागती नीबू अमिलो, वातनाशक, दीपन, पाचक र हलुको हुन्छ। पित्त, कफ र शूलमा पनि लाभदायक छ। त्रिदोष, अग्नि—क्षय, वात—सम्बन्धी पीडामा र अग्निमान्द्य, विसूचिका आदि रोगहरूमा सेवन गराए अवश्य आराम हुन्छ।

(१) दादमा— कागतीको रस दिनमा दुइपल्ट बेसरी कन्याएर लगाए लाभ गर्दछ।

(२) जिब्रोको घाउमा— रातो र फोका जस्तो भएको छ भने कागजीको रसमा रसौज पिंधेर जिब्रोमा दल्नू, आराम गर्दछ।

(३) कोखाको दर्दमा— कागतीको रस एक तोला, जवाखार तीन मासा र मह ६ मासा मिसाएर पिउनाले कोखाको दर्दमा लाभ गर्दछ र हृदय एवं पेटको दर्द पनि निको हुन्छ।

(४) मुखको चायामा— कागतीको रसमा चीनी र सुहागा मिसाएर मुखमा दले मुखको चाया र स—साना दाग हराउँछन्।

(५) कान बगेकोमा— कागतीको रसमा सज्जीखार मिसाएर कानमा थोपा—थोपा चुहाउनू, अवश्य आराम हुन्छ।

(६) मृगी (मूर्छा) मा— कागती, नीम र निर्गुण्डी (सिमाली) को रस मिसाएर तीन दिनसम्म बराबर सुँघाउँदै गरे मृगी रोग निको हुन्छ।

(७) डकार र जुलाबमा— कागतीको बोक्रा र जरो, अनारको जरो एवं केशर पानीमा घोटेर पिउन दिए लाभ गर्दछ।

(८) पत्थरीमा– कागतीको रसमा सिंधेनून मिसाएर पिउन दिए पत्थरी स्वयं गलेर जान्छ र आराम हुन्छ। यो गर्मी मौसममा शीतल पेयको रूपमा पनि प्रयोग गरिन्छ।

७३. परवर (Seapadula)

नाम– सं०–पटोल, कूलक। हि०–परवल। बं०–पलतलता। म०–पढ़वल। गु०–परवल।

गुण– यो पाचक, हृदयलाई हितकारी, वीर्यबर्धक, अग्निदीपक, स्निग्ध, रक्तविकार, खोकी,जरो, त्रिदोष र कृमिनाशक छ। परवरको जरो पाचन क्रियामा लाभदायक छ।

७४. पीपल (Poplar Leaved fig Tree)

नाम– सं०–वाधिद्रु, पिप्पल। हि०–पीपल। बं०–अश्वत्थ। म०–पिपल। गु०–पीपली।

गुण– यो ढीलो पच्ने, शीतल, गह्रौं, रुक्ष, व्रणलाई सपार्ने, योनि–शोधक, पित्त, कफ, व्रण र रक्तविकार नाशक छ। पीपल हिन्दूहरूको पूजनीय वृक्ष हो। यो सबै स्थानमा पाइन्छ।

(१) प्यास नाश्नमा– पीपलको बोक्रा पोलेर सेतो खरानी तातो पानीमा हालेर राख्नू। एकै छिनपछि पानी निथारेर पिउने गरे जरोको प्यास शान्त हुन्छ। पाश्चात्य विद्वान्हरूको मतमा साना बालकको जिभ्रो, ओठ, तालु, र मुखको घाउमा महसित पीपलको चूर्ण लेप गर्नु हितकर छ। पीपलको क्वाथ घाउ धुनमा प्रयोग गरिन्छ। पीपलको पुरानो वृक्षमा लाख (चोप) उत्पन्न हुन्छ।

(२) घाउ–फोडामा – पीपलो चोप लगाए सैन पल्टिएको पनि आराम हुन्छ।

७५. पान (Betel Leaf)

नाम– सं०–ताम्बूलवल्ली, ताम्बूली। हि०–पान, नागरबेल। बं०–पान। म०–नागबेल, पान। गु०–पान।

गुण– यो रुचिकर, तीक्ष्ण, तातो, टर्रो, दस्तावर, रक्त–पित्तकारक र वीर्यवर्धक, मुखको दुर्गन्धि, मल, वायु र श्रमनाशक छ। यो लताको वनौषधि हो। यसका पातको आकृति पीपलका पातको जस्तै हुन्छ । पान सेतो र कालो दुई मानिएका छन्। नरहरीले यसको सात भेद भनेका छन्– (१) बंगला, (२) महोबा, (३) महराजपुर, (४) पिलोंआ, (५) कपूरी, (६) कुलवा। देश–भेदले मगहिया, छपरही आदि अरू पनि भेद अनेक शास्त्र–कारले यत्र–तत्र वर्णन गरेका छन्। पानमा कुहुने रोधक शक्ति विशेष छ।

(१) सूजनमा– सुत्केरीको स्तनमा राख्नाले तथा पानको सेक र लेप गर्नाले सूजन निको हुन्छ र स्तनबाट दूध शुद्ध भएर निस्कन्छ।

(२) क्षत–शुद्धिमा– पानको पातले क्षतस्थानलाई ढाकिराख्नाले क्षतवृद्धिको शुद्धि हुन्छ।

(३) पेटको रोगमा– बालकका कोष्ठबद्धतामा, उदर रोग–जनित दिशा लागेमा पानको डाँठमा लेप लगाएर गुदद्वारमा प्रवेश गराए लाभ हुन्छ। बर्ता पान खानाले भोक मरेर अग्निमान्द्य हुन्छ। पान खाए पनि सुर्ती नखानू। सुर्ती खानाले डरलाग्दो रोग हुन सक्तछ।

७६ पुदीना (Tallredmint)

नाम– सं०–व्यंजन, वान्तहारी। हि०–पोदीना। बं०,म०–पुदिना। गु०–पोदीना।

गुण— यो गुरु, मधुर, रुचिकारी, मल—मूत्र रोधक, कफ, कास, मद तथा अग्निमान्द्य, हैजा, संग्रहणी, अतिसार, कृमि तथा जीर्णज्वर नाशक हो। यो यौटा प्रसिद्ध लगातार उम्रने झार हो। यसलाई प्राय: सबैजसो ग्राम, वाटिका आदिमा लगाइदिएका हुन्छन्। यसको गन्ध चर्को हुन्छ। पहाडहरूमा हुनेलाई पहाडी पुदीना भन्दछन्। हरियो पातलाई चटनी आदिको काममा लगाइन्छ।

(१) हैजामा— पुदीनाको अर्क कपूरसित सेवन गर्नाले तुरुन्त लाभ गर्छ। यो शीतल पेयको रूपमा शर्बत बनाएर सेवन गरिन्छ। यसलाई अचारको रूपमा खान्छन्।

७७. प्याज (Bulb-onion)

नाम— सं०—पलाण्डु, यवनेष्ट। हि०—प्याज। बं०—पेयाजा। म०—काँदा। गु०—डुङ्गरी।

गुण— प्याज लसुन जस्तै गुण भएको हो। पाक र रसमा मधुर, बल र वीर्य बढाउने, वात—पित्त नाशक मानिन्छ। लसुन जस्तै प्याजको झार पनि दुइ—तीन फीट अग्लो हुन्छ। पात मोटो र बादुलो भए पनि भित्रपट्टि खोक्रो हुन्छ। यसको डाँठमाथि झुप्पा भएको सेतो फूल ठूलै आकारमा फुल्दछ। यसको जरामा कन्द (डल्लो) गुलाबी रंगको हुन्छ। त्यसैमा बोक्रैबोक्रा हुन्छ जसलाई प्याज भन्दछन् ।

(१) हैजामा— प्याजको अर्क झिकेर पुदीना मिसाएर सेवन गरे आराम हुन्छ । गर्मीमा प्याज एक, दुइटा खल्तीमै राखे पनि तातो हावा (लू) लाग्दैन। प्याज काटेर बिजुली बत्तीको नगीचै राखिदिए लामखुट्टे र कीरा लाग्दैनन्।

७८. पुनर्नवा (Spreading Hogweed)

नाम— सं०—पुनर्नवा, शीतघ्नी। हि०—विसखपटा, साथ। बं०—गोदावाले। म०—घेटुली। गु०—पाटोदी।

गुण— सेतो पुनर्नवा अग्निदीपक, पाण्डु, शोथ, विष, कफनाशक हो। रातो पुनर्नवा तीतो, शीतल, हलुको, वातकारक तथा रक्तविकार नष्ट पार्दछ। यो भूमिमा लहरा झैं फैलिएर रहन्छ। वर्षा ऋतुमा बर्ता बढ्छ, हेमन्त ऋतुमा हिउँले सुक्तछ । यो गाउँ–घरमा सागको रूपमा पनि प्रयोग गरिन्छ।

(१) नेत्र–पीडामा— पुनर्नवाको जरो घोटेर आँजन जस्तै लगाए आशातीत लाभ हुन्छ।

(२) बिच्छीको विषमा— बिच्छीले टोकेकोमा पुनर्नवाको लेप गरे दाह शान्त हुन्छ।

(३) शोथमा— पुनर्नवाको काढा पकाएर तथा जरोको टुक्रा त्यसै मुखमा राखेर चुसे पनि शोथ शान्त पार्दछ। बर्ता सेवन गरे उल्टी हुन सक्तछ।

७९. पीपर वा पीपला (Piperlongum)

नाम— सं०—पिप्पली, मागधी। हि०—पपरि, पीपल। बं०—पिपुल। गु०—लिंदी पीपर।

गुण— यो अग्निदीपक, वीर्यवर्धक, पाकमा मधुर, रसायन, वात–कफ–नाशक, हलुका, रेचक, श्वास–कास, ज्वर,कोढ़, प्रमेह, अर्श, प्लीहा, शूल र आमवात नष्ट पार्दछ। यो गर्मी गर्ने वस्तु होइन। यो यौटा गुल्म जातीको लता हो। त्यसैमा फल फल्दछ। यसको फल नै पीपरी नामले विख्यात छ। पात पानको जस्तै सानो र चुच्चो परेको हुन्छ। यो अश्मरीको अमोघ औषधि हो। यसका चार भेद पाइन्छन्–

(१) पिप्पली, (२) गजपीपल, (३) सिंहली र (४) वन–पीपल।

(१) दूध बढाउनेमा– पाषाणभेदसित पीपललाई मिसाएर स्त्रीहरूको स्तनमा लेप गर्नाले दूधको मात्रा बढ्दछ।

(२) श्वास–कास र ज्वरादिमा– आठ प्रहरसम्म घोटेको पीपलको चूर्ण महसित सेवन गरे श्वास–कास ज्वर आदिमा आराम हुन्छ।

(३) मृगी (मूर्छा) मा– पीपललाई नीमको रसमा पकाएर नाकमा नस लियो भने मृगी रोग आराम हुन्छ।

(४) जरोमा– सुठो, मरीच र पीपल–तीन थरी समान भाग पारेर काढा पकाई सेवन गरे पुरानू जरो, खोकी निको हुन्छ।

८०. पपीता, एरण्ड, खर्बूजा (Papaya)

नाम– सं०–मधुकर्कटी या वातकुम्भ फल। हि०–एरण्ड, खर्बूजा। बं०–पोपैया।

*गुण–*पपीता (मेवा) पाचक, अग्नि र बलवर्धक, प्लीहा, यकृत् पाण्डु र बवन्धादि रोग नाशक छ। यो यौटा वर्गीय फल हो। यसको प्रचार नेपाल र भारतमा यति छिट्टै भयो कि प्रत्येक बारी–बगैचामा देख्न पाइन्छ। यसको भालेमा भन्दा पोथीमा फल थोरै र साना हुन्छन्। यसको दूधमा पाचन–शक्ति बर्ता हुन्छ।

(१) दादमा– पपीताको दूध दादमा लगायो भने समूल आराम हुन्छ। यसको दूध आँखामा पार्नु हुँदैन।

८१. पिप्लामूल (Piyer Root)

नाम– सं०–ग्रन्थिक, पिप्पलीमूल। हि०–पीपरामूल। म०–पीपलामूल। बं०–पिपुलमूल। गु०–पीपरीमूल।

गुण– यो दीपन, पाचन, पित्तकारक, वात–उदररोग, नाशक, प्लीहा, गुल्म, कृमि, श्वास, क्षयादिरोग नाशक हो। बजारमा बेचिने यो अपामार्गको जरो मिसाएर राखिएको हुन्छ। अपामार्गको जरो अलि सेतो र यो अलि कालो खालको हुन्छ।

(१) खोकीमा– पिप्लामूल आगोमा फुराएर महमा मिलाई चाट्नाले पुरानो खोकी भए पनि आराम हुन्छ।

८२. बकाइनो (Melia Azedarach)

नाम– सं०–महानिम्ब, रम्यक। हि०–बकायक, बकाइन। बं०–घोडा निम्ब। म०–काणी निम्बि। गु०–बकान।

गुण– यो शीतल, रुखो, तीतो, कफ, पित्त, वमन, कुष्ट, रक्तविकार, प्रमेह, श्वास, अर्श र मूसाको विषनाशक छ। नीम जस्तै बकाइनोको वृक्ष पनि गाउँ–घरमा पाइन्छ। पात पनि नीमको जस्तै हुन्छ। फल बादुलो लाग्दछ।

(१) मस्तक चिलाएमा– बकाइनोको फूल पिंधेर लेप गर्नाले मस्तक चिलाएको र दुखेको समेत आराम गर्दछ।

(२) कपाल दुखेमा– यदि वातजन्य कपाल दुखेको हो भने बकाइनो को पात र फूलको तातो–तातो लेप गरे आराम हुन्छ। यसको बर्ता सेवन गर्नु हुँदैन।

८३. बहेडा (Belereic Myra Bolam)

नाम–सं०–विभीतक। हि०–बहेरा, बहेंड़ा। बं०–बेहड़ा, बगड़ा। म०–बेहड़ा। गु०–बेहेड़ा।

गुण– यो टर्रो, कफ–पित्तनाशक, छुँदा शीतल। आँखाको हितकारी। केश लामो पार्ने; कृमि, स्वरभेद र काश नाशक छ। यसका वृक्ष अग्ला र ठूला हुन्छन्। यो अग्लो भूमिमा पाइन्छ र यसको छाया पनि स्वास्थ्यप्रद मानिन्छ। यसको चूर्ण नूनसित सेवन गरे कफ, गलक्षत, संग्रहणीमा लाभ–दायक छ। गलक्षतमा यौटा दाना घिउमा फुराएर चुस्न दिनु लाभदायक छ।

(१) कण्ठ शोथमा– बहेड़ा, अनारको बोक्रा, यवसार र पिप्ला समान भाग पारेर शक्कर मिसाई स–साना गोली बनाई चुस्नाले घाँटी र कण्ठशोथ आराम हुन्छ।

(२) उदर रोगमा– धूलो पारेर तातो पानीसित खाली पेटमा खानाले पेट–सम्बन्धी सबै रोग आराम हुन्छ।

८४. वायविडंग (Babreng)

नाम– सं०–विडंग, कृमिघ्न। हि०–वायविडंग। बं०–विडंग। म०,गु०– वावडिम।

गुण– यो गर्मी गर्ने, रुक्ष र अग्निकारक हुन्छ। शूल र उदर–रोग, कृमि, बात र गलगन्ध नाशक हुन्छ। यसको वृक्ष अग्लो र जंगली प्रदेशमा पाइन्छन्। शीत ऋतुमा रातो वर्णका फूलका गुच्छा मनमोहक देखिन्छन्।

(१) बालकको खोकीमा– यसको चूर्णले लाभ गर्दछ।

८५. ब्राह्मी (Indian pennywort)

नाम– सं०–ब्राह्मी। हि०–ब्रह्मी, ब्राह्मी। बं०–बिर्मी। म०–गु०–ब्राह्मी।

गुण– ब्राह्मी शीतल, दस्तावर, टर्रो र रसायन, स्वरलाई लाभप्रद, स्मरणशक्तिबर्धक तथा कुष्ट, पाण्डुरोग, प्रमेह, खोकी र विषसूजन नाशक हो। मण्डूकपर्णिकाको पनि यिनै गुण हुन्। ब्राह्मी चिसो स्थानमा वा जलको नजीकै उत्पन्न हुन्छ । वर्षा ऋतुमा नष्ट भएर जान्छ। वसन्त र ग्रीष्ममा यसमा फूल र फल लाग्दछन्। यो भूमिमा फैलिने लता हो।

(१) मूत्राघातमा– ब्राह्मीको सेवनले तत्काल लाभ गर्दछ।

(२) कफको रोगमा– बालकको कफ र श्वासमा ब्राह्मीलाई केही तातो अर्थात् सेक्न सकिने जस्तो पारेर छातीमा लेप गरे लाभ गर्दछ।

(३) पिनाशमा– मण्डूकपर्णीको जरो धूलो पारेर नस लियो भने आराम हुन्छ।

(४) बहुमूत्रमा– ब्राह्मीको पात पिधेर चीनी वा नून हालेर शर्बत बनाई बिहानै पिउनाले आराम हुन्छ।

८५/२ वट, बर (Banyan Tree)

नाम– सं०–वट, रक्तफल। हि०–बट, बरगद, बड़। बं०–वटगाछ। म०गु०–बड़।

गुण– यो वृक्ष अन्य सबै छायादार वृक्षहरूको राजा मानिन्छ। यसको वृक्ष विशालकाय र जरा मोटा–मोटा हुन्छन्। यसको कोपिला तीखो हुन्छ। त्यसलाई टिप्यो भने दूध निस्कन्छ। त्यो दूध निकै बलकारक हुन्छ।

(१) बलवृद्धिमा– यसको दूध एकदेखि तीन तोलासम्म सेवन गरे शरीर दृढ र बलियो हुन्छ।

(२) प्रमेहमा– यसको दूध चीनी वा बताशामा राखेर सेवन गरे प्रमेह निको हुन्छ।

८६. वंशलोचन (The Siliceous Concretion)

नाम– सं०–वंशलोचन, बाँशी। हि०,बं०,म०,गु०–वंशलोचन।

गुण– शरीरका धातुहरूलाई बढाउने, वीर्यबर्धक, शीतल; खोकी, पित्त, रक्तविकार, पाण्डुरोग, कुष्ट; वायुरोग र मूत्रकृच्छ्रमा लाभ गर्दछ। वंशलोचनको उत्पत्ति बाँसको भित्र हुन्छ। यसको उत्पत्ति हुने बाँस ठूला, पहेंला र मोटो जातका हुन्छन्। यिनका रसको संगठन नै वंशलोचन कहिन्छ। यी बाँस पोथी जातका हुन्छन्। बजारमा दुई थरिका वंशलोचन पाइन्छन्– (१) नीलाभ श्वेत र (२) श्वेत। यसको प्रयोग क्षय, कास–श्वास र जरोमा गरिन्छ। अन्य औषधिहरू मिसाएर अतिसार, संग्रहणी आदि रोगमा लाभप्रद हुन्छ।

(१) खोकीमा– फुराएको वंशलोचन र मह मिसाएर चाट्ने गरे पुरानो खोकी पनि निको हुन्छ। साना बालक–बालिकालाई लागेको खोकी र जरो समेत वंशलोचन र महले निको पार्दछ। एक साता जति लगातार सेवन गर्नुपर्दछ।

८७. बदाम (Almond)

नाम– सं०–वाताद, वातवैरी। हि०–बं०–बादाम। म०–गु०–बदाम।

गुण– यो स्निग्ध, वीर्यबर्धक, गह्रौं, वातनाशक हुन्छ। बदामका वृक्ष पर्वतमा, तिनको उपत्यका भूमिमा बर्ता पाइन्छ। पात चाक्लो, काण्ड स्थूल। फल–भित्रको गुदीलाई बदाम भन्दछन्। बदामको गुदी बल–वीर्य, शक्ति–बर्धक मानिन्छ। बेलुका भिजाएर बिहान भिजाएको पानी समेत बदाम खाए शरीर बलियो र निरोग पार्दछ।

(१) बौलाहा कुकुरले टोकेमा– दस ग्राम बदामको गुदी महमा घोटेर खान दिए कुकुरको विष नष्ट हुन्छ।

(२) दन्तमंजन– बदामको बोक्रा पोलेर त्यसमा नून मिसाई मंजन गरे दाँत सफा र बलियो हुन्छ।

८८. बयर (Jujab)

नाम– सं०–कर्कन्धू, बदरी, कोल। हि०–बेर। बं०–कुलफल। म०–बोर। गु०–बोरडी।

गुण– ठूलो खाने बयर शीतल, दस्तावर, वीर्यवर्धक, पुष्टिकारक; पित्त, दाह, रक्तविकार, क्षय र प्यासनाशक हुन्छ। बयरको वृक्षसित सबै परिचित हुन्छन्। यसको पात हरियो र पृष्ठभाग सेतो हुन्छ। बांगो काँढा, काँचो फल हरियो र पाकेपछि पहेंलो हुन्छ।

(१) विषालु कीराको औषधि– दुङ्गामा पिंधेको बयर अथवा गूलरको पात कीराको विषमा लाभ गर्दछ। यसको लेप गर्नाले घाउ चाँडै पाक्तछ। बयरको बोक्राको काँढा जरोमा प्रयोग गरन्छि। बयर दस्तावर हो। धेरै प्रयोग नगर्नू। यसले कफमा पनि वृद्धि हुन्छ।

८९. बथुआ (White goosefoot)

नाम– सं०–वास्तुक, क्षारपत्र। हि०–बथुआ, रक्त बथुआ। बं०–बेतुआ।

गुण– जसको पात अलि ठूलो र रातो रंगको हुन्छ। त्यसलाई गोड वास्तुक र जौको खेतमा हुने सानो बथुआलाई शाक भन्दछन्। दुवैमा गुण एकैनासे–मधुर, अग्निदीपक, रुचिबर्धक, प्लीहा, बबासीर, कृमि र त्रिदोष [illegible]। यसको ज्ञार धेरै अम्ल। हुँदैन। पात मोटो र चिल्लो तथा

हरियो रंगको हुन्छ। यो उदर–विकारमा विशेष लाभदायक हुन्छ।

(१) उदर विकारमा– बथुआको शाक तरकारीको रूपमा सेवन गरे पेट–सम्बन्धी सबै रोगमा लाभ गर्दछ। यो हिउँदमा मात्र पाइन्छ। बथुआ विशेष गरेर वायु बिग्रने, पेट सुनिने, अमिलो डकार आउने रोगहरूमा बर्ता लाभ गर्दछ।

९०. भाँगरा (Tralingecjidta)

नाम– सं०–भृङ्गराज, मार्कव। हि०–भाँगरा, भंगरा, भंगरिया, घमरा। बं०–भीमराज। म० भाँका। गु०–भांगरो।

गुण– यो तीतो, तीक्ष्ण, रुक्ष, केश उत्तम र नरम पार्ने, त्वचा (छाला) लाई हितकर, दाँत बलियो; कफ, वात, कृमि, शोथ, पांडु रोग, नेत्रपीडा तथा मस्तिष्क कष्ट हरण गर्दछ। यसका तीन भेद छन्– (१) श्वेतपुष्प, (२) पीत र (३) नीलपुष्प। भावप्रकाशमा यसको यौटै भेद मानिएको छ।

(१) प्लीहामा– ज्वानोसित भृङ्गिराज सेवन गरे रुघा, खोकी, प्लीहा, यकृत् वृद्धि आदि रोगबाट मुक्त होइन्छ।

(२) कर्णशूलमा– यसको रस दुई थोपा कानमा हाल्नाले कानको पीड़ा शान्त हुन्छ।

(३) पेटको कीरामा– भृङ्गिराज एरण्डको तेलसित सेवन गरे पेटको कीरा मरेर दिशाबाट निस्कन्छन्।

(४) कपाल कालो पार्नेमा– भृङ्गिराज तेल लगाउने र रस सेवन गर्ने गरे तथा भृङ्गिराजासवको प्रयोग गरे सेतो भइसकेको कपाल पनि कालो हुन्छ। भृङ्गिराज तेल आयुर्वेदका प्रधान तेलहरूमा यौटा हो।

९१. भाँग (Indian Hamp)

नाम— सं०—भाँग, गंजा, मतुलानी, विजया। हि०—भाँग, भंग। बं०—सिद्ध, भाँग, गाँजा। म०,गु०—भाँग।

गुण— यो कफनाशक, पाचक, हलुङ्गो, तीक्ष्ण, तातो, पित्तकारक एवं अग्निबर्धक हुन्छ। यसको रूख ठूलो भए पनि बर्ता अग्लो हुँदैन। पात चाहिं नीमको जस्तै लामो र चुच्चो परेको हुन्छ। यसको भाले पोथी दुई जात पाइन्छन्। भाले जातका झारको पात घोटेर भाँग पिउँछन्। पोथी भाँगबाट गाँजा लिइन्छ। यसैको चोप जम्मा पारेर चरस बन्दछ।

(१) अर्श (बबासीर) को पीडामा— आयुर्वेदमा भाँगको पात काम लाग्दछ। गुदद्वारमा भाँगको लेप गर्नाले अर्श—पीडा शान्त हुन्छ।

(२) प्रसवमा— यदि प्रसवमा ढीलो भयो भने— बच्चा जन्मन सकेन भने यसको प्रयोग गर्नासाथ प्रसव हुन्छ।

(३) नशामा— वमन गरायो भने अथवा रहरको दाल पखालेको पानी खान दियो भने भाँगको नशा समाप्त हुन्छ। बर्ता खायो भने मर्न पनि सक्तछ। भाँग खाएर चार—पाँच दिन सुतिरहन पनि सकिन्छ।

९२. मुण्डी (Sphoreunthus)

नाम— सं०—मुण्डी। हि०—मुण्डी, गोरखमुण्डी। बं०—मुण्डी। गु०—गोरखमुण्डी।

गुण— मधुर, बुद्धिबर्धक, मूत्रकृच्छ्र, योनिपीडा, पाण्डुरोग, अपस्मार र गुदाको पीडामा लाभ गर्दछ। यो भूमिमा फैलिने खालको झार हो। यसका पात स—साना हुन्छन्। गोरखमुण्डीको जराको काँढा पकाएर खान दिए

धातुरोग, प्रदर र उदर विकार निको हुन्छ।

९३. जेठीमधु, मुलहठी (Lioquorice Root)

नाम– सं०–यष्टिमधु। हि०–मुलहठी। बं०–यष्टिमधु। गु०–जेठीमधु।

गुण– शीतल, स्वादिष्ट, आँखाको निम्ति हितकारी, बलवीर्यबर्धक, कपाल र स्वरमा हितकारी, रक्तविकार, व्रणशोध, वमन, प्यास, क्षय, नाशक छ।

(१)बाजीकरणमा– जेठीमधुको चूर्ण महसित सेवन गरे शुक्र–वृद्धि र बाजीकरण (स्तम्भन) हुन्छ।

(२) खोकी र श्वासमा– जेठीमधुको धूलो एक वा दुई ग्राम मिश्रीको काढासित पन्ध्र दिन सेवन गरे पुरानो खोकी र दमा पनि निको हुन्छ।

९४. मेथी (Fenugreek)

नाम– सं०–मेथिका, मेथिनी। हि०,बं०,म०,गु०–मेथी।

गुण– यो पित्तनाशक, कफ र ज्वरनाशक छ। वन मेथीको पनि प्राय: यिनै गुण हुन्। एक फुट अग्लो हुने मेथीको झारबाट प्राय: सबै परिचित हुन्छन्।

(१) श्वेत प्रदरमा– मेथीको धूलो पानीमा भिजाएर, त्यसैमा लुगा वा रूओ भिजाई योनिमा राखे श्वेतप्रदर आराम हुन्छ।

(२) रुघा बिग्रेमा– तीन मासा मेथी, अलसी ३ मासा। दुवैलाई एक पाउ पानीमा पकाएर चौथाई रहेपछि छानेर खानू। तीन–चार दिनमा बिग्रिएको रुघा र जरो समेत आराम हुन्छ।

९५. ल्वाङ (Cloves)

नाम– सं०–लवंग, देवकुसुम। हि०–लौंग। म०बं०–लवंग। गु०–लविंग।

गुण– कटु, तिक्त, नेत्रको निम्ति हितकारी, दीपन, शीतल, कफपित्तविकार र प्यास, वमन, शूल, श्वास–कास हिक्का र क्षय नाशक छ।

जंजीवार र मलाक्का द्वीपमा ल्वाङ बर्ता उत्पन्न हुन्छ। यसको हरियो वृक्षमा तीव्र गन्ध हुन्छ। ल्वाङ तिनै वृक्षको फूल हो।

(१) मूर्च्छामा– ल्वाङ घोटेर अञ्जन लगाउनाले मूर्छामा लाभ–दायक हुन्छ ।

(२) बङ्गारा दुखेमा– ल्वाङको तेलले दाँत र बंगारा दुखेकोमा लाभ गर्दछ।

(३) ज्वरमा– ल्वाङको काढा पकाएर चार खण्डको एक खण्ड पारी दिनको तीनपल्ट खान दिए कस्तै जरो पनि हराउँछ।

९६. लसुन, लहसन (Carlic)

नाम– सं०–लसुन, रसोन। हि०–लहसन। बं०–लशुन। म०–लसण।

गुण– पुष्टिकारक, वीर्यबर्धक, स्निग्ध, पाचक। भाँचिएको स्थान जोर्ने, कण्ठ शोधक, हृदय रोग, जीर्ण–ज्वर, गुल्म, अरुचि, सूजन, अर्श, कुष्ठ, मन्दाग्निमा लाभ गर्दछ। लसुनको झार सर्वत्र पाइन्छन्। यसको पात पातलो र लामो हुन्छ। जरामा जुन कन्द (फल) रहन्छ, त्यसैलाई लसुन भन्दछन्। यो अतिसार, प्रमेह, मूर्च्छा, पाण्डुरोग, अरुचि, रक्तपित्त, शोथ,

क्षय र वमन (उल्टी) यी रोगबाट पीडित र गर्भवती नारीहरूले लसुन खानु हुँदैन।

(१) गठिया वातमा— खाली पेटमा प्रातः प्रतिदिन एक पोटी लसुन खाने गरे पुरानो गठिया रोग पनि निको हुन्छ।

१७. सुण्ठ (Dryginger Root)

नाम— सं०—सुण्ठी, विश्वा। हि०—सोठ। बं०—सूँठ। म०—सुण्ठ। मु०—शुण्ठ्य।

गुण— रुचिकारक, आमवात नाशक, उष्ण, कफ र मलबन्धलाई तोड्ने, वीर्यबर्धक, वमन, श्वास, कास, शूल, शोथ, हृदयरोग र उदर विकार नाशक छ। यो अदुवालाई सुकाएर तयार पारिन्छ।

(१) कानको पीडामा— अदुवाको रस र मह अलिकति नून तताएर कानमा हाले दुख्ने आराम हुन्छ। पाकेर बग्ने कानमा यो नहाल्नू। कष्ट झन् बढ्दछ।

(२) आँखाको कष्टमा— सुठो र गेरु पानीमा पिंधेर आँखाको बाहिरपट्टि लेप लगाउनाले नेत्र—रोग आराम हुन्छ।

(३) बंगारा दुखेमा— सुठोको काढा पकाएर त्यसैले कुल्ला गरे बंगारा दुखेको आराम हुन्छ। दाँतहरूमा तातो—चिसो दुवै लाग्दछ भने पनि यसैले निको हुन्छ।

बबासीरको जुन रोगीलाई साङ्गो मल हुन्छ, उसले सुठोको चूर्ण तातो पानीसित एक साता खाए आराम हुन्छ।

(४) रुघामा— भूस झिकेको जौ एक तोला, सुठो आठ तोला उम्लिरहेको पानीमा हालेर छोपिदिनू। एकै छिनपछि त्यो पिएर काम्लो ओढी पल्टे लाभ हुन्छ।

(५) क्षयमा— इन्द्रजौ र सुठोको चूर्ण चौलानीसित रोगीलाई खान

दिए निकै लाभ हुन्छ। यो केही दिनसम्म सेवन गरिरहनुपर्दछ।

(६) कफ जरोमा— सुठोको एक टुक्रा मुखमा लिएर चुसिरहे कफ सहजै निस्कन्छ।

(७) दममा— सुठो र हर्रोको चूर्ण सेवन गरे दम र खोकीमा लाभ गर्दछ।

(८) गर्भस्रावमा— दसौं महीनामा गर्भवतीलाई सुठो पकाएर चिसो पारेको दूध खान दिए गर्भस्राव रोकिन्छ र बेलामा स॑ज़ै प्रसव हुन्छ।

(९) जरोमा— सुठो, मरीच र पिपला समभाग गरी पकाएको काढा सात दिन सेवन गरे कस्तै पुरानो जरो पनि आराम हुन्छ।

९८. सुफ, सौंप (Dilbseed)

नाम— सं०—शतपुष्पा। हि०—सौंफ। बं०—गुल्फा। म०—शोफ।

गुण— तीक्ष्ण, पित्तकारक, दीपन, ज्वर तथा व्रण, शूल र नेत्र—रोगमा हितकारी छ।

(१) प्यासमा— सौंफको अर्क प्यास र पित्त—ज्वरमा हितकर छ।

९८/२. हर्रो, हर्रे (Black Myrabolan Chehulie)

नाम— सं०—हरीतकी, अभया। हि०—हर्र, हरड़। बं०—हरीतकी। म०—हिरडा। गु०—हरडे।

भेद, परिचय र गुण— (१) विजया, (२) रोहिणी, (३) पूतना, (४) अमृता, (५) अभया, (६) जीवन्ती, (७) केतकी। यसका जम्मा सात भेद हुन्छन्। जुन हर्रो चिल्लो र नयाँ, बाटुलो र भारी होस् र पानीमा डुब्यो भने उत्तम जान्नू। चबाएर खाएको हर्रो अग्निदीपक, पिंधेर खए पेट सफा पार्छ, आगोमा पोलेर खाए त्रिदोषनाशक छ। भोजनसित सेवन गरिएको हर्रो

बल–बुद्धि र इन्द्रियहरूलाई प्रसन्न पार्दछ, कफ–वात नष्ट पार्दछ। खानेकुरा खाइसकेपछि खाने हर्रो अजीर्णमा हुने वात–पित्त–कफको सबै विकार नष्ट पार्दछ। नूनसित कफ, चीनीसित पित्त र घिउसित बात विकार र गुडसित सबै रोगमा आराम गर्दछ।

(१) उदरशूलमा– डॉ० वारिंगको मतानुसार पाँच–छ: वटा हर्रो खानाले चार पाँचपल्ट दिसा लाग्दछ, उदर–शूल निको हुन्छ।

(२) त्रिफला– हर्रो, बर्रो, अमला यी तीन फलमिश्रितलाई त्रिफला भन्दछन्। यो कफ पित्त प्रमेह र कुष्टलाई नष्ट पार्दछ। रुचि बढाउने र विषम ज्वरमा आराम गर्दछ।

(३) नेत्ररोगमा– त्रिफला बेलुका भिजाएर बिहान छानी त्यसले आँखा पखाल्यो भने सबै प्रकारका आँखाका रोग आराम पार्दछ।

(४) खोकीमा– यसमा पनि भिजाएको त्रिफलाको पानी प्रात: नून मिसाएर पिए खोकी र कफमा लाभ गर्दछ।

(५) दूषित व्रणमा– विषालु घाउ फोडामा त्रिफलाको पानीले धोयो भने निको हुन्छ।

९९. बेसार, हल्दी (Turmeric)

नाम– सं०–हरिद्रा, काञ्चनी। हि०–हल्दी। बं०–हरिद्रा। म०–हलद। गु०–हलदर।

गुण– यो त्वचाको रोग, प्रमेह, रक्तविकार, पाण्डुरोग र व्रण–नाशक हुन्छ।

(१) बबासीरमा– बेसारको चूर्ण दूधमा मिसाएर लेप गर्नाले पूर्ण आराम हुन्छ।

(२) चर्मरोगमा– पिधेको बेसार तेलमा मिलाएर मर्दन गरे कण्डु आदि रोग शान्त हुन्छ।

(३) रुघा खोकीमा– बेसार हालेर पकाएको पानी पिउनाले आराम गर्दछ।

१००. हींग (Asafoctida)

नाम– सं०–सहस्रवेधी, हिंगु, रामठ। हि०–हिंग। बं०–हिंगु। गु०–हिंग।

गुण– यो पाचन, रुचिकारी, तीक्ष्ण, वात, कफ, शूल, गुल्म र कृमिनाशक र पित्तबर्धक हो। हींग चार थरिको पाइन्छ– कन्धारी, यूरोपीय, व्यापारिक र भारतक्को हिंग।

(१) वस्तिशूलमा– तारपीनको तेल अथवा एरण्डको तेलसित हींगको प्रयोग वस्तिमूल र कृमिरोगमा आराम गर्दछ। हींगका अरू पनि अनेक गुण छन्; जस्तै–पिशाब रोकियो भने हींगमा पानी हालेर तातो पारी तल्लो पेटमा लगाइदियो भने तत्काल पिशाब खुल्दछ।

१०१. मह, शहद (Honey)

यो मौरीले फूलबाट एकत्र पार्ने मह आठ थरिको हुन्छ। (१) माक्षिक, (२) भ्रामर, (३) क्षौद्र, (४) पौत्तिक, (५) छात्र, (६) आदर्य, (७) उद्दारुक र (८) दाल। महसित मूला, बड़हर, पाकेको कटहर, घिउ–तेल, बोसो समान मात्रामा मिसाएर खानु हुँदैन। महको जाँच गर्ने जति विधि प्रचलित छन्, ती सबैले पनि सन्तुष्टि दिंदैनन्। वैज्ञानिक विधिले जान्न सकिन्छ। थोरै मात्रामा मिसाएको पत्ता पाउन कठिन छ।

(१) प्रमेहमा– एक तोला महमा १२ रत्ती शुद्ध शिलाजीत मिसाएर सेवन गरे प्रमेह निको हुन्छ।

(२) आँखाको तेज बढाउनमा– शुद्ध मह आँखामा लगाए ज्योति बढ्दछ।

(३) दाँत सफा पार्नमा– महलाई सिरकामा मिसाएर दाँत माझे दाँत सफा हुन्छन् र गीजामा बल आउँछ।

(४) दादमा– सोयाबीनको बीज महमा मिसाएर लगाए दाद दिनाईमा तत्काल लाभ हुन्छ।

(५) घाउ सफा पार्नमा– घाउमा मह लगाए घाउ स्वत: सफा हुन्छ। नफुटेको तर पाकेको घाउमा मह लगाइदिए आफैं फुट्तछ।

(६) घाँटी बसेकोमा– कुनै कारणले स्वर बसेको छ भने दिनको तीनपल्ट एकेक तोला मह चाट्नुपर्दछ। स्वर खुल्दछ। मोटो स्वर भए केही दिनको सेवनले नै मसिनो हुन्छ।

(७) आगोले पोलेमा– पोलेको स्थानमा मह लगाए दाह शान्त हुन्छ। अन्य कुनै वस्तुले पोलेको भए पनि महले आराम पार्दछ।

(८) आँखामा फुलो परेमा– महसित सिंधेनून मिसाएर आँजन झैं लगाए आँखामा फुलो परेको काटिएर जान्छ। यसले मोतियाबिन्दका जालो पनि नष्ट पारेर आपरेशन गर्न नपर्ने पारिदिन्छ, तर केही दिन लगाउनुपर्दछ।

●

औषधि–सम्बन्धी केही जान्नुपर्ने कुराहरू

१. कुनै पनि औषधि तयार पार्दा त्यसको तौल र नाप ठीक–ठीक हुनु आवश्यक छ। त्यसपछि राम्ररी सफा पारेर औषधि बनाउनुपर्दछ। औषधिहरूका लागि जहाँ कुनै झार–पातको पंचांग लेखिएको छ, त्यहाँ उसको जरो समेत हाल्नुपर्दछ। यदि झार–पातको नाम मात्र लेखिएको भए पनि पंचांग नै प्रयोग गर्नुपर्दछ। फल हुने औषधिमा फल र बोक्रा हुनेमा बोक्रा हाल्नुपर्दछ।

२. यस पुस्तकमा दिइएका औषधिहरूको मात्रा वयस्क व्यक्तिका लागि हो। अत: रोगी र आयु विचार गरेर औषधिको मात्रा धेरै–थोरै पार्नुपर्दछ।

३. आयुर्वेदिक औषधिहरू सेवन गर्नमा अनुपानको महत्त्व निकै बर्ता छ– किनकि यौटै औषधि भिन्न–भिन्न अनुपानले अनेक रोगहरूमा प्रयोग गरिन्छ र सफलता पनि प्राप्त हुन्छ। अनुपानले औषधिको शक्ति बढ्दछ। रोगीको प्रकृति र स्थिति अनुसार पनुपान साट्ने काम चाहिं अनुभवी र योग्य चिकित्सकद्वारा सल्लाह लिएर गरे असल हुनेछ।

४. जुन औषधिको तौल लेखिएको छैन– ती समान भाग पारेर प्रयोग गर्नुपर्दछ। कुनै औषधि मौकामा पाइएन भने उस्तै गुणकारी अर्को औषधि प्रयोग गर्न सकिन्छ। औषधि र जडी–बूटीको धूलोलाई अन्य औषधिको झोलमा भिजाइदिने वा घोट्ने प्रक्रियालाई नै भावना भन्दछन्।

क्वाथ (काढा)

कुटी–छानी तयार पारेका औषधिहरूको धूलोभन्दा सोह्र दोबर पानी हालेर माटोको पात्र (हाँडी) मा पकाउनुपर्दछ र आधा पानी सुकिसकेपछि

झिक्नुपर्दछ। यसैलाई क्वाथ भन्दछन्। औषधिको तौल अनुसार योग्य विद्वान्हरूले त्यो पानीको परिमाण यस प्रकार बताएका छन्– पाँचदेखि सय ग्रामसम्म औषधिभन्दा सोह्र दोबर पानी हाल्नू। त्योभन्दा बढी चार सय ग्रामसम्म आठ दोबर, त्योभन्दा पनि बढी एक–डेढ़ किलोसम्म औषधि छ भने चार दोबर पानीमा मधुरो आगो बालेर पकाउनुपर्दछ। पकाउँदा पात्र (भाँडो) को मुख खुला रहनु आवश्यक छ। आठ भाग शेष रहेपछि क्वाथ मनतातो पिउनाले तत्काल लाभ हुन्छ।

क्वाथ तयार भएपछि जीरा, नून, शुद्ध शिलाजीत र हींग अथवा सुठो, पिपला, गुग्गुल मिसाउनु छ भने पचीस ग्राम मिसाए हुन्छ। यसैलाई 'प्रक्षेत्र' भन्दछन्। घिउ,गुड़, दूध, गोमूत्र या अन्य कुनै पदार्थ हाल्ने मात्रा बीस ग्राम तोकिएको छ। क्वाथमा मिश्री हाल्नु छ भने वात रोगमा चौथो भाग, पित्त रोगमा आठौं भाग र कफ रोगमा सोह्रं भाग हाल्नु उत्तम हुनेछ। काढा एकपल्टमा जति पिउने हो, उति मात्र पकाए राम्रो हुन्छ। धेरै बेरसम्म राखेर अथवा बढी पकाएर फेरि तताएर वा चिसै पनि खानाले कुनै लाभ हुन सक्तैन।

अवलेह

क्वाथ आदि पकाएर बाक्लो पार्नुलाई 'अवलेह' भन्दछन्। अवलेहमा चीनी वा मिश्री हाल्नु छ भने चूर्णको चार दोबर र गुड़ हाल्नु छ भने दोब्बर तथा द्रव पदार्थ मिसाउनु छ भने चार दोब्बर मिसाउनु असल हुन्छ। काढा वा गुड–चीनी आदिलाई रसक्रियापूर्वक पकाउँदा जब पाक (चासनी) झैं तार निस्कन थाल्दछ अथवा पानीमा चुहाउँदा डुब्दछ, हेर्दा कड़ा भएको देखिन्छ, बूढी र चोर औंलाले थिच्दा औंलाका रेखाको डाम देखिन्छ र गन्धरस, वर्ण अपूर्व वा राम्रो देखियो भने अवलेह

तयार भएछ भन्ने जान्नुपर्दछ।

चूर्ण

उत्तम सुकेको या छायामा सुकाएको औषधिलाई राम्ररी पिंधेर कपड़छान गरेको वस्तुलाई चूर्ण भन्दछन्। यदि चूर्णमा गुड़ हाल्नु छ भने समान भाग अर्थात् चूर्ण जति नै हाल्नू । मिश्री हाल्नु छ भने दोबर र हींग हाल्नुपरे भुटेर प्रयोग गर्नू किनकि काँचो हीङ हाल्यो भने रोगीलाई वाक–वाकी लाग्न सक्तछ। घिउ, मह आदिसित चूर्ण सेवन गर्नु छ भने उसको वजन चूर्णको दोब्बर हुनुपर्दछ। पानी अथवा अन्य कुनै द्रव पदार्थसित खानु छ भने चूर्णको चार दोब्बर लिनुपर्दछ।

स्वरस

चिसो, तातो अथवा कीरा–ढुसी आदिले बिग्रि नसकेका गोली औषधिलाई कुटी–पिंधी त्यसको रसलाई काढा जस्तै लुगामा छान्नू। यस क्रियाद्वारा प्राप्त भएको रसलाई नै 'स्वरस' भन्दछन्। कि त डेढ़ सय ग्राम गोली औषधिलाई राम्ररी खलमा धूलो पारेर औषधिको वजनभन्दा दोब्बर पानीमा एक दिन र रात भिजाइराख्नू। यस प्रकार त्यसबाट जुन रस निस्कन्छ, त्यो उत्तम मानिएको छ। गोली औषधि छैन वा पाइएन भने सुकेको औषधि ल्याएर चूर्ण बनाउनू र त्यसमा उक्त औषधिको आठ दोब्बर पानी हालेर पकाउनू। एक चौथाई जति शेष रहेपछि झिक्नू। यसलाई पनि 'स्वरस' भन्दछन्। माथि बताइएको स्वरस गह्रौं हुनाले पचीस ग्रामको मात्रा र एक दिन–रात भिजाएर निकालेको र पकाएर तयार पारेको स्वरसको मात्रा पचास ग्राम पारे उत्तम हुनेछ।

कल्क

गोली औषधिलाई सिलौटोमा मसिनू पारेर पिसेपछि कल्कमा घिउ, चीनी, मिश्री, मह वा तेल आदि मिलाउनू। गुड़ मिसाउने भए समान भाग र द्रव पदार्थ मिसाउने भए औषधिको चार दोब्बर जति मिसाए उत्तम हुनेछ।

गोली

औषधिका गोली अनेक थरिका तयार पारिन्छन्। जुन–जुन औषधिको गोली बनाउनु छ– ती सबैलाई सफा पारेर मसिनू धूलो तुल्याउनू। अनि भावनाद्वारा गोली बनाएको स्वरसको औषधि समेत खलमा हालेर राम्ररी घोटी स–साना वा ठूला–ठूला इच्छानुसार गोली बनाउनुपर्दछ। गुड़ वा शक्करसित गोली बनाउनको निम्ति चार दोब्बर गुड वा शक्कर मिसाए ठीक हुन्छ।

क्षारपाक

द्रवभन्दा आठ गुना दूध, दूधभन्दा चार गुना पानी मिसाई ती सबैलाई अलि ठूलो कराहीमा हालेर मधुरो आगोमा पकाउनू। पानी डढेर दूध मात्र रहेपछि झिक्नू। यसैलाई क्षारपाक भन्दछन्।

औषधि दिने समय

हाम्रा प्राचीन ऋषि–मुनिहरूले औषधि सेवनको निम्ति पाँच काल (समय) निश्चित गरेका छन्। ती हुन्–

१. ***प्रात:काल***– पित्त र कफको विरेचनका लागि प्रात:कालमै औषधि उत्तम र लाभदायक हुन्छ।

२. *मध्याह्नकाल*– अपान वायुको प्रकोप भए भोजनभन्दा पहिल्यै औषधि दिनू। अरुचि रोगमा आधा खाइसकेपछि दिनू र मन्दाग्निमा खाजा खाइसकेपछि दिनू। व्यान–वायुको प्रकोपमा वायु केही शान्ति भएपछि दिनू। जुनसुकै बेला दिनाले लाभको साटो हानि हुन सक्छ।

३. *तृतीयकाल*– उदान वायुको प्रकोप भए बेलुका खाइसकेपछि र प्राणवायुको प्रकोप भए खानुभन्दा एकैछिन पहिले औषधि सेवन गरे अवश्य लाभ हुन्छ।

४. *चतुर्थकाल*– विष–दोष, श्वास, हिक्का, प्यास आदि रोग छ भने बारम्बार अन्नसहित वा अन्नरहित, रोगीको स्थिति आकलन गरेर बलाबल हेरी औषधि दिए रोग निको हुनमा शंका छैन।

५. *पंचमकाल*– कान, मुख, नाक र वायुको रोगमा अन्नरहित औषधि सेवन गरे वा गराए अवश्य लाभ हुन्छ। रोगीलाई खूब शुद्ध र सफा रीतिले सावधानीपूर्वक औषधि प्रस्तुत गरेर समयमा नै रोगीलाई दिनू। काँसा वा पीतलको पात्र (भाँडा) मा औषधि र तिनको गुण नष्ट हुन्छन्। अत: औषधि सदैव ढुङ्गा वा माटोको भाँडामा वा काँच (शीशा) को पात्रमा औषधि दिनु उत्तम हो । औषधि कुट्ने, पिँध्ने खलबत्ता, सिलौटो पनि स्वच्छ प्रयोग गर्नुपर्दछ। मुख्य कुरा औषधि सेवन गर्ने र गराउने दुवैको मनमा यस औषधिले अवश्य लाभ हुन्छ भन्ने दृढ विश्वास हुनु अत्यावश्यक छ।

●

श्रीधन्वन्तरये नमः

सरल औषधि-ज्ञान

अथवा

सजिलो उपचार

खण्ड २

यस पुस्तकमा लेखिएका सबै औषधिहरू काष्ठादि हुन्। रसादि होइनन्। काष्ठादि भनेको फल,फूल, बोक्रा, पात र जरा यिनैलाई जान्नू। यिनको प्रयोगमा शास्त्रको आधारभन्दा बर्ता अनुभवको आवश्यकता हुन्छ। फेरि औषधिहरू राम्ररी चिन्नु र त्यसको प्रयोग गर्न जान्नुपर्दछ। नजानेर वा अनुभवहीनतामा गरिएको प्रयोगले विपरीत फल पनि दिन सक्तछ। हिजो–आज अनेक ठूला–ठूला विदेशका र आफ्नै देशका पनि डॉक्टरहरूले आयुर्वेदका काष्ठादि औषधिहरूको उपयोगिता र गुण स्वीकार गरिरहेका छन्। अतः झार–पातका पंचांग (फल, फूल, जरो, हाँगा, पात) जम्मा पारेर त्यसैबाट अनेक औषधिहरू तयार पार्दछन्– जुन हामी बजारबाट किनेर, चक्की गोली र झोलको रूपमा प्रयोग गर्दछौं। अस्तु, अब केही रोग र तिनका उपचार कुन वस्तुले कसरी प्रयोग गर्दा लाभ हुन्छ भन्ने कुरा लेखिन्छ।

१०२. पीपल

हिन्दूधर्म वा सनातन **धर्म मान्नेहरू पीपलको** पूजा गर्दछन्। यसको कारण पीपलको गुण हो। अत: **पाप–धर्म छाडेर** तिनका गुणहरू विचार गरौं। ती निम्नलिखित छन्–

१. *स्मरण शक्ति (सम्झना) घटेमा–* पीपलको बोक्रा छायामा सुकाएर धूलो तुल्याई चार ग्रामदेखि बीस ग्रामसम्म एक लीटर पानीमा पकाउनू। आधा पानी घटेपछि छानेर दूध मिश्री वा चीनी मिलाएर दिनहुँ प्रात: खाने गरे सम्झना–शक्ति बढ्दछ।

२. *साना बालकको मुखमा मसिना दाना निस्केमा–* पीपलको बोक्राको धूलो बनाई मह मिलाएर लगाइदिए **आराम गर्छ**। दिनको चारपल्टसम्म लगाइदिन हुन्छ।

३. *उत्तेजनाको निम्ति–* पीपलको जराको **बोक्रा** दुइ तोला र टुप्पामा हुने टुसा दूधमा पकाएर चीनी **मिलाई** खाने गरे बूढा व्यक्तिमा पनि यौवनपूर्ण व्यक्तिको समान उत्तेजना बढ्दछ। यो सिद्ध प्रयोग हो।

४. *अनेक रोगमा–* पीपलको बोक्रा कुटेर बाह्र घण्टा पानीमा भिजाई कपड़छान गरेर पिउनाले कम्मर दुख्ने रोग निको हुन्छ। यसले शीघ्र पतन, मूत्ररोग, चर्मरोग र स्वप्नदोषमा पनि तत्काल लाभ गर्दछ।

५. *उदर (पेट) को रोगमा–* छायामा सुकाएको **बोक्रोको** भित्री गुदी **चूर्ण** बनाई महमा मिलाएर घरि–घरि **चाट्नाले** पित्तद्वारा **भएको** छाद्ने रोगमा लाभ गर्दछ। मह राम्रो **चाहिन्छ**।

६. **हिक्का बाडुलीमा** – पीपलको **बोक्रा** डढाएर त्यो खरानी **पानीमा मिलाई कपड़छान गरी छिन–छिनमा** अलि–अलि खा ाले

हिक्का, बाडुलीमा अवश्य लाभ गर्दछ।

७. *जन्तुले टोकेमा–* कुनै जन्तुले टोकेर सुनिएको भए पीपलको बोक्रा घिउमा घोटेर लगाइदिए विष लाग्दैन र तत्काल लाभ गर्दछ।

८. ***बोक्रा वा जराको क्वाथ–*** पानीमा पिंधेर कपडछान गरी पिउनाले पिशाब पोल्ने, पुरानू भिरुङ्गी (सुजाक), प्रमेह, शरीरको जलन, कुकुर (लहरे) खोकी, चिलाउने रोग, दाद आदिमा लाभ गर्दछ।

९. *वमन र बाडुलीमा–* पीपलको सुकेको बोक्रा पोलेर झरिलो आगो बनाई चिसो पानीमा झ्वाइँ पारेर छिन–छिनमा थोरै–थोरै खान दिए गर्भवतीको वमन र बाडुलीमा लाभ गर्दछ।

१०. *गर्भस्रावको शंकामा–* पीपल र सुन्तला वा ज्यामीरको बोक्रा मिसाई धूलो पारेर दस ग्रामको मात्रा गरी खाने गरे गर्भस्राव रोकिन्छ।

११. *आगोले पोलेमा–* फोका उठेको भए पीपलको बोक्राको धूलो बनाएर छर्किदिनू वा गाईको घिउमा मिसाएर मलहम झैं लगाए फोका दब्छ र दाह शान्त हुन्छ।

१२. *दाँत दुखेमा–* पीपलको बोक्राको धूलो बनाएर दाँत माझ्ने गरे दुखेको वा तातो चिसो पानी लाग्ने पनि आराम हुन्छ। बोक्रा पकाएको पानीले कुल्ला गरे पनि लाभ हुन्छ।

१३. *मासिक धर्ममा–* थोरै वा धेरै अथवा कष्टले हुनेमा पीपलको बोक्रा र अमिली (तित्री) का बोक्रा बराबर मिसाएर धूलो पारी वा पानीमा पिंधेर खाने गरे मासिक धर्म नियमित रूपमा हुन थाल्दछ र कष्ट निवारण पनि हुन्छ।

१४. *पशुहरूलाई घाउ भएमा–* पशुको खुरमा घाउ (खोरेत)भएर कीरा परेमा पीपलको बोक्रा कुटेर डल्लो पारी खान दिए चाँडै आराम हुन्छ। घाउमा तारपीनको तेल हालिदिए कीरा मर्दछ।

१५. *गर्भधारणमा–* प्रतिदिन पीपलको ताजा कलिलो पात र जरा अथवा जटा दस ग्राम जति खस्रो कुटेर आधा किलो गाईको

दूधमा पकाउनू, चौथाई शेष रहेपछि छानेर मिश्री–मह नभए चीनी मिलाएर फेट्नू र मनतातो भएपछि पिउनू। यसरी नछुने हुनुभन्दा पाँच–छः दिन अगाडिदेखि आरम्भ गरेर दस दिनसम्म नबिराएर खाए गर्भ रहने सम्भावना बढ्दछ। यसै गरी पीपलको फल भए पनि पाक बनाएर खाए हुन्छ। तर योनिमा कुनै विकार वा रोग भए पहिले त्यसको उपचार गर्नु आवश्यक छ। हिजोआज गर्भधारणमा विलम्ब हुनासाथ डॉक्टरकहाँ जाने चलन छ। डॉक्टरले पनि 'क्यूरेट' बाहेक अरू कुनै उपचार गर्दैन।

१६. *गर्भधारणको अर्को उपाय*– पीपलको जरो दुइ भाग, हात्तीदाँत–को चूर्ण दुई भाग मिलाएर मासिक धर्म भएपछि चौथो दिन स्नान गरेर त्यसै दिन बेलुकादेखि पाँच ग्राम जति चूर्ण गाईको दूधसित सात दिन सेवन गर्नू। त्यसपछि पनि गर्भधारणको कुनै लक्षण देखिएन भने फेरि अर्को महीना पनि पहिलेकै झैं खाने गरे अवश्य गर्भ रहन्छ। यो अनुभवसिद्ध औषधि हो।

१७. *अलि–अलि दिमाग बिग्रेको वा पागल भएकोमा*– पीपलको डुकु सय ग्राम गाईको दूधमा पकाएर कुराउनी बनाउनू र मिश्री मिसाएर खाने गरे केही दिनमा पूर्ण आराम हुन्छ।

१८. *गर्भधानमा*– पीपलको जरामा शक्कर मिलाएर राख्नू, रजोवती भएकै दिनदेखि एघार दिन लगातार खानू र एघारौं दिन समागम गरे अवश्य गर्भ रहन्छ।

१९. *चर्मरोग, दाद, घाउ–खटिरामा*– पीपलको पात अथवा जराको चूर्ण बनाएर नरिवलका तेलमा फेटेर मलहम बनाएर लगाए छाला–सम्बन्धी सारा रोग जान्छ।

२०. *हनुग्रह रोग*– यसमा मुख 'आँ' गरेको 'आँ' नै रहिरहन्छ अथवा बन्द नै रहिरहन्छ भने यसमा पीपलको बोक्राको भित्री भाग कुटेर अलि–अलि रस चुस्न दिए लाभ हुन्छ।

१०३. वर

पीपल जस्तै वट–वृक्षको पनि सनातनधर्मी हिन्दूहरूले पूजा गर्छन्। त्यो पूजा गर्नुमा पनि आफूलाई हित हुने कुनै खास कारण हुन्छ। त्यसको उचित र अनुचित कारणतिर ध्यान नदिएर अब यसको वैज्ञानिक कारणतिर पनि नलागेर यसका गुणपट्टि लागौं--

१. *कुष्टरोग*— कुष्टको घाउमा बरको दूध लेप गरी बोक्रा कुटेर बाँधिदिनू। भित्र हाड़सम्म पुगिसकेको घाउ पनि केही दिनमै सहजै आराम हुन्छ।

२. *पखाला लागेमा*— बरको दूध नाइटोमा भरिदिनू र छेउ–छाउमा पनि लगाइदिए जस्तै पखाला पनि थामिन्छ।

३. *कानको घाउमा*— बरको दूध कानमा लगाउनाले कान–भित्रको घाउ र फोका वा कानमा कीरा पसेको भए पनि आराम हुन्छ। बरको दूध आँखामा नपार्नू। यसले हानि हुने सम्भावा रहन्छ।

४. *मर्केकोमा*— बरको दूध लगाए आशातीत लाभ हुन्छ। हाड़ भाँचिएको भए बरको दूध लगाएर काम्रो बाँधिदिनु उत्तम हुन्छ।

५. *श्वेत प्रदरमा*— (योनिबाट सेतो पदार्थ निस्कनु) यसमा र गर्भस्रावमा बरको बोक्राको क्वाथ १ तोलादेखि ५ तोलासम्म र लोधक कल्क चार आना भरि मिलाएर त्यसमा अलिकति मह पानीमा मिसाएर दिनको दुइपल्ट दिनाले लाभ गर्दछ। योनिस्राव बर्त्ता भएमा बरका बोक्राको रसमा नरम लुगा भिजाएर योनिमा राख्नू। यसमा लोध मिसाउन नपाए बरको बोक्रा मात्र भए पनि लाभ कम्ती हुँदैन।

६. *योनिको घाउमा*— बरको बोक्रा डढाएको खरानी र तेल लगाउनु त लाभ गर्दछ।

७. *गर्भपातमा–* बरको बोक्राको चूर्ण बनाएर पाँच–पाँच ग्राम जतिको मात्रा बनाई गाईको महीसित खाए आराम गर्दछ।

८. *वीर्य पातलो भएमा–* वरको दूध बिहान सबेरै पहिलो दिन बतासामा हालेर दस थोपा खानू। यसरी दिनहुँ एकेक थोपा बढाउँदै बीस थोपासम्म खानू। बीसौं दिन तीस थोपा हुन्छ। त्यसै दिनदेखि एकेक थोपा घटाउँदै जानू र दस थोपामा आएपछि नखानू। त्यतिले नै पूर्ण लाभ हुनेछ।

९. *गठियामा–* बरको दूध लगाउनाले मर्केको वा गठिया बात समेत निको हुन्छ।

१०. *नेत्र–विकारमा–* बरको दूध सुर्मा लगाए–झैं प्रतिदिन लगाए चाँडै आराम हुन्छ।

११. *सुजाक (भिरुङ्गी) मा–* बरको डुकु राती भिजाएर राखेको बिहान छानेर पिए अवश्य लाभ गर्दछ। घाउ डरलाग्दो भइसकेको र पीप बगिरहन्छ भने डॉक्टरलाई देखाउनू।

१२. *प्रमेह (मधुमेह) मा–* बरको बोक्राको चूर्ण बनाएर मह वा मिश्रीमा मिलाई ५ ग्राम जति दुवै छाक खानू र बरको छायामा सुत्ने गरे लाभ हुन्छ। अथवा बरको बोक्रा अलि खस्रो कुटेर ४० ग्राम जति १५० ग्राम पानीमा पकाउनू र चार–पाँच तोला रहेपछि छानेर चिसो भएपछि खानू। यसले मधुमेह अवश्य आराम हुन्छ।

१३. *मासिक धर्ममा–* बेसी रगत गएमा अथवा नाकबाट रगत बर्ता आएमा बरको डुकु कलिलो मुण्टाको रस गाईको महीमा चिसो पारेर खाए लाभ गर्दछ।

१४. *आँखाको फूलामा–* बरको दूधमा शुद्ध देशी कपूर मिसाएर सुर्मा झैं लगाए केही दिनमै फुलो काटिएर जान्छ। तर आँखामा लगाउँदा पूर्ण अनुभवीको सल्लाह लिनु आवश्यक छ।

१५. *दाँतका कीरामा—* बरको बोक्राको क्वाथले कुल्ला गर्नू र दुइ—चार थोपा बरको दूध दुखेको दाँतमा चुहाइदिए कीरा मर्दछ।

१६. *स्मरण शक्तिमा—* सम्झना शक्ति दुर्बल भएमा बरको बोक्रा छायामा सुकाएर चूर्ण बनाई त्यसको दोबर मिश्री वा चीनी मिलाएर दुवै छाक दस ग्रामका दरले गाईको दूधसित खाने गरे केही दिनमै सम्झना—शक्ति ठीक हुन्छ।

१७. *ज्वर, पखाला वा वातज अर्शमा—* बीस ग्राम बरको बोक्रा कुटेर एक लीटर पानीमा पकाई चौथाई रहेपछि छानेर अलिकति नून मिलाई दिनमा तीनपल्ट चीया झैं तातो पिउनाले लाभ गर्दछ।

१८. *गर्भस्रावमा—* बरको दुइटा डुकु आधा किलो दूधमा पकाउँदा पानी पनि दूध जति नै हाल्नुपर्दछ। पानी डढेर दूध मात्र रहेपछि छानेर खानू, अवश्य लाभ गर्दछ।

१९. *गर्भधारणमा—* गाई—गोठमा उम्रेको बरको पूर्व वा उत्तर—पट्टिको जरा कालो दाल वा सेतो तोरी दुइ दानासँग पुष्य नक्षत्रमा पिउनू। यो कुरो चरकको आठौं अध्यायमा लेखिएको छ।

२०. *रुघा लागेमा—* बरको जरो (दाह्री) खलमा कुटी शीशीमा राख्नू। सर्दि—गर्मी भएर रुघा लागेमा चार—पाँच ग्राम धूलो पानीमा पकाएर दूध एवं मिश्री मिलाई पिउने गरे चार—पाँच दिनमा रुघा, खोकी र प्रमेह आदि रोगमा लाभ हुन्छ। यो 'चरक' मा लेखिएको प्रयोग हो। रामबाण जस्तै काम गर्दछ।

२१. *नाथ्रो फुटेमा—* बरको कोपिला पिसेर शर्बत बनाई पिउनाले नाकबाट रगत आउने रोग आराम हुन्छ। फेरि बरको रातो कोपिला बेसरी पिसेर कञ्चट र निधारमा लेप झैं लगाए पनि नाथ्रो फुट्ने रोग हराएर जान्छ।

२२. *खोकीमा—* दस ग्राम बरको बोक्राको काढा पकाएर दूध र मिश्री

मिलाई शर्बत झैं फेटेर पिए तीन–चार दिनमा खोकी निको हुन्छ। अथवा बरको बोक्रा छायामा सुकाएर मसिनो कुटी शीशीमा राख्नू। चाहिएको बेलामा दुइ–तीन ग्राम धूलो आधा किलो पानीमा पकाई एक चौथाई रहेपछि मह र मिश्री वा चीनी अथवा नून हालेर पिए कस्तै पुरानू वा नयाँ खोकी पनि एक सातामा निको हुन्छ।

२३. *धातुको रोगमा*– पचीस ग्राम बरको कमलो पात कुटेर बेलुका पानीमा भिजाउनू र प्रातः छानेर मिश्री वा चीनी मिलाई शर्बत झैं फेटेर पिउनू। फेरि बिहान भिजाई साँझमा पिउनू। यसले एक सातामै अनिच्छित उत्तेजना, धातु बग्ने र पिशाब पोल्ने रोग पनि आराम हुन्छ।

२४. *आउँ परेकोमा*– बरको जराको बोक्रा सुकाएर पिस्नू। तीन ग्रामको मात्रा बनाई तीनै छाक चौलानीसित खाए आउँ निको हुन्छ। अथवा तीन ग्राम जति बरको दूध खाए पनि आउँ रगत परेको पनि ठीक हुन्छ।

२५. *पखालामा*– छः ग्राम बरको टुसा वा कोपिला पानीमा पिसेर छानी चीनी वा मिश्री मिलाएर खाए पखाला थामिन्छ। फेरि बरको दूध नाभिमा हालिदिनू र नाभिको वरिपरि लगाइदिए पनि पखाला रोकिन्छ।

२६. *वमनमा*– बरको जरा ६ ग्राम पानीमा पिधेर लुगामा छानी चीनी मिलाएर शर्बत झैं पिए रगतको उल्टी वा साधारण वमन अथवा हैजाको बान्ता पनि तत्काल थामिन्छ।

२७. *शीघ्र स्खलित हुनेमा*– बरको ताजा बोक्रा छायामा सुकाई चार–चार ग्रामको मात्रा बनाई दुवै छाक गाईको तातो दूधसित खाने गरे एक महीनामा नै बल–वीर्य बढेको र संभोगमा चाँडै स्खलित हुने तथा स्वप्नदोषमा लाभ हुनेछ।

२८. *स्वप्नदोषमा*– चार–पाँच ग्राम बरको जरा (दाही) को धूलो

दुवै छाक पानीसित खाने गरे स्वप्नदोष आराम हुन्छ। यसमा बढी सम्भोग वर्जित छ।

२९. *कुष्ट रोगमा–* कुष्टको घाउ हाड़सम्म पुगिसकेको भए पनि बरको दूध एक सातासम्म घाउमा भरिदिए आराम हुन्छ। बरको दाह्री र दूधे लहरो मिसाई काढा पकाउनू र एक महीना जति दुवै छाक पिउने गरे कुष्ट र रक्त–विकार पनि निको हुन्छ। यसमा माछा–मासु रक्सी खानु हुँदैन।

३०. *दाँतको कष्टमा–* दाँत हल्लिएको र दुखेको छ भने, बङ्गारामा कष्ट भए नदुखेको दाँतमा नपारी दाँतको खाल्डोमा रुवोमा राखेर दाँतले थिचिदिनू, पीप बग्ने र गीजा पाकेको पनि बरको दूधले आराम हुन्छ।

३१. *नाथ्रो फुटेमा अथवा घाउ भएमा–* ताजा बरको दूध लगाउनू। बरको जरा मसिनु कुटेर नस लिए नाथ्रो फुटेको आराम हुन्छ। बरको बोक्राको धूलो अथवा कोपिला मसिनु पिंधेर मिश्री मिलाई शर्बत पिए नाथ्रो फुटेको वा अन्य घाउ आदि आराम हुन्छ।

३२. *आँखाको जालोमा–* दुवै छाक ताजा बरको दूध लगाए आँखाको जालो दस–पन्ध्र दिनमै सफा हुन्छ र बरको दूधमा कपूर मिसाएर लगाए आँखामा फुलो परेको पनि आराम हुन्छ।

३३. *पिशाबबाट रगत आएमा–* दस ग्राम बरको ताजा र कमलो, हरियो पात पाँच सय ग्राम जलमा काढा पकाई छानी त्यही जल बिहान–बेलुका खाने गरे पिशाबबाट रगत आउने निको हुन्छ।

१०४. तुलसी

(हिन्दू–धर्म मान्ने सबैले तुलसीको पूजा गर्दछन् तापनि यो साह्रै उपयोगी औषधि हो। केवल धार्मिक दृष्टिले मात्र होइन–उपचारको दृष्टिले

पनि यसका असंख्य गुणहरू छन्। यी सबै अनुभवद्वारा सिद्ध गरिएका छन्।)

१. *कफमा*— तुलसीको पातको रस मह वा अदुवाको रससित मिसाएर खानाले छातीमा बसेको कफ हराउँछ। सास फेर्न सजिलो हुन्छ। खोकी रोकिन्छ।

२. *कान दुखेमा*— तुलसीको रस मनतातो पारेर कानमा चार थोपा चुहाइदिए कान दुखेको आराम हुन्छ। बग्ने कान पनि निको हुन्छ। कान नसुन्नेमा पनि लाभ गर्दछ।

३. *कपाल दुख्नेमा*— रुघा लागेर कपाल दुखेमा तुलसीको पात छायामा सुकाई पातलो लुगामा पोको पारेर सुँघ्नू त आराम हुन्छ।

४. *जरोमा*— सबै प्रकारको ज्वरमा तुलसीको पात चिया झैं पकाएर मरीच हाली पिउन दिनू, जरो निको हुन्छ। बर्ता जरो भए डॉक्टर वा, वैद्यलाई देखाउनू।

५. *खोकीमा*— बर्ता खकार आउने खोकीमा तुलसीको रसमा मह र मरीच मिलाएर चाटे आराम हुन्छ। खोकीको वेग पनि घटेर हराउँछ। यो अनुभव सिद्ध छ।

६. *मूर्च्छा पर्ने रोगमा*— तुलसीको पाँच–सात पात र तीन–चार दाना मरीच मिसाएर एक गिलास पानी शर्बत जस्तै पारी पिउनाले मूर्च्छा पर्ने रोग निको हुन्छ।

७. *मृगी रोगमा*— यो पनि मूर्च्छा रोग नै हो। तुलसीको हरियो पात रोगीको शरीरमा तेल लगाए–जस्तै गरी लगाइदिए आराम हुन्छ। यसको प्रहार भएको वेला प्रयोग गरे असल हुन्छ।

८. *दाँतमा कीरा लागेमा*— तुलसीको रस पाँच–सात थोपा कीरा लागेको दाँतमा लगाए कीरा मरेर आराम हुन्छ।

९. *दाँत निस्कदा*— तुलसीको रस दारिमको रससित दिनाले केटाकेटीहरूको दाँत सहजै उम्रन्छ। यो अनुभव सिद्ध छ।

१०. *दाँत दुखेमा*– तुलसीको पात पिसेर मरीचका दाना जत्रा गोली बनाई दिनको तीन–चार गोली दुखेको स्थानमा च्यापिराखे लाभ गर्छ।

११. *दादमा*– तुलसीको हरियो पात दादमा बेसरी दले दाद निको हुन्छ। पुरानो दादमा केही दिनसम्म लगाउनुपर्दछ।

१२. *दिमागी गर्मीमा*– तुलसी पाँच–सात पात र तीन–चार दाना मरीच मिसाएर दिनहुँ एक गिलास पानी शर्बत झैं पिउने गरे एक्काईस दिनमा दिमागमा चढेको गर्मी रोग अवश्य आराम हुन्छ।

१३. *नाकको गन्धमा*– यसमा तुलसीको पात माडेर सुँघ्नाले वा नाकमा लगाउनाले नाकको दुर्गन्ध हराउँछ र कीरा पनि मर्दछ।

१४. *रतौंधीमा*– तुलसीको रस दिनको पाँच–सातपल्ट आँखामा लगाउनाले रतौंधी (राती नदेख्ने) रोग ठीक हुन्छ। यो प्रयोग निकै दिनसम्म गर्दै रहनुपर्दछ।

१५. *रिंगटामा*– तुलसीको रस चीनीसित खाने गरे रिंगटामा लाभ गर्दछ।

१६. *सास बढ्नेमा*– बालकहरूको सास बढ्ने रोगमा तुलसीको पातको रसमा मह मिसाएर अलि–अलि चटाउने गरे सास बढ्ने र कोखा हाल्ने रोग जाति हुन्छ।

१७. *वमनमा*– तुलसीको पातमा दालचीनी घोटेर खाने गरे छाद्ने या छेर्ने रोगमा आराम गर्छ। उपरतलीमा तुलसीको बीज मसिनो पिंधेर गाईको दूधसित खाने गरे उपरतली थामिन्छ।

१८. *रुघामा*– दसओटा तुलसीको पात, पाँच दाना मरीच र दुई दाना बदाम चपाएर खाने गरे रुघा र कपाल दुखेको दुवैमा लाभ गर्दछ।

१९. *ज्वरमा*– तुलसीको रस मरीचसित थोरै–थोरै सेवन गरे विषम ज्वर पनि आराम हुन्छ।

२०. *पेट ढाडिनेमा*– बालकहरूको पेट ढाडिएमा तुलसी र पानको पातको रस मिलाएर खान दिए लाभ हुन्छ।

२१. *पेट दुख्नेमा*– तुलसीको रस र अदुवाको रस मिलाएर महसित खाने गरे पेट दुखेको आराम हुन्छ।

२२. *नाथ्री फुटेमा*– तुलसीको रस नाकमा चुहाउनाले वा सुर्कनाले रगत तुरुन्त बन्द हुन्छ।

२३. *छाद्नेमा*– तुलसीको दाना महसित चटाउनाले छाद्ने रोगमा लाभ गर्दछ।

२४. *पेट बटारे वा घोचेमा*– तुलसीको रसमा मरीच पिंधेर मह मिसाई चाट्ने गरे तत्काल लाभ हुन्छ।

२५. *सुखा खोकीमा*– तुलसीको मंजरी, सुठो र प्याज मसिनो पिंधेर महसित चाटे कफ नआउने सुखा खोकीमा लाभ गर्दछ। लहरे खोकीमा पनि यसले आश्चर्यजनक फाइदा गर्दछ।

२६. *अपचमा*– तुलसीको रस १० ग्राम दिनहुँ बिहान पिउनाले अपच रोग निको हुन्छ।

२७. *माकुरो हिंडेको र मूसाले टोकेमा*– तुलसीको रसकन मह र गाईको दूधसित खाए आराम हुन्छ।

२८. *दममा*– तुलसीको रस चार आना भरि, पिसेको मरीच एकन्नी भरि र गाईको दूध एक पाउ जति दस ग्राम शुद्ध घिउसित दिनहुँ एक महीना खाए आराम हुन्छ।

२९. *लामखुट्टेबाट बचाउनमा*– तुलसीको रस सर्वाङ्गमा घसेर सुते मच्छर लामखुट्टेले टोक्दैन।

३०. *पखाला लागेमा*– अलिकति तुलसीको बीज,चार दाना छोटी अलैंची, चार दाना मरीच पिंधेर महसित खानाले पखालामा लाभ गर्दछ।

३१. *सइन परेको वा कीरा परेको घाउमा*—सुकेको तुलसीको पात धूलो पारेर घाउमाथि छरिदिए कीरा मर्दछ र लाभ हुन्छ। केही दिनको सेवनले घाउ निको पनि हुन्छ।

३२. *मुखमा छाला जानेमा*— तुलसी र चमेलीको पात चपाए घाउ र छाला जानेमा तुरुन्त फाइदा हुन्छ।

३३. *स्वप्नदोषमा*— तुलसीको बीज चार मासाको दरले केही दिन खाए निको हुन्छ, तर संयम नियमले रहनु आवश्यक छ। नियम पालन गरेन भने कुनै औषधिले पनि लाभ गर्न सक्तैन। नियम पालन भनेको ब्रह्मचर्य पालन सम्झनू।

३४. *निमोनियामा*— सन्निपात (सन्धिवात वा निमोनिया) हरियो तुलसीको पातको रस निचोरेर त्यसमा मरीच मिलाई साँझ—बिहान दिने गरे तीन—चार दिनमा अवश्य लाभ हुन्छ।

३५. *हावा शुद्ध पार्नेमा*— घरको चारैतिर तुलसीको बोट छ भने त्यस घरको हावा विशुद्ध हुन्छ। उडुस, लामखुट्टे, उपियाँ आदि लाग्दैनन्। शरीर स्वास्थ्य पनि राम्रो बनिरहन्छ।

३६. *विषमा*— जुनसुकै विषमा पनि सकेसम्म तुलसीको रस पिउन दिए त्यो विषको प्रभाव नष्ट हुन्छ। विषले बर्ता हानि पुऱ्याउन सक्तैन।

३७. *अतिसारमा*— तुलसीको दसवटा पातमा एक जाइफलको चौथाई भाग मिलाएर खान दिए अतिसारको दिशा थामिन्छ। चौबीस घण्टामा चार खुराकसम्म दिन हुन्छ।

३८. *हरितालको विषमा*— पाँच तोला तुलसीको रस र मह एक साता खानाले हरितालको विष नष्ट हुन्छ।

३९. *अतिसारमा*— तीनदेखि ५ मासासम्म तुलसीको गेडा पिंधेर पानीसित पिलाए अतिसार दिशा थामिन्छ। रोगीको खान—पानमा विशेष ध्यान दिनु आवश्यक छ।

४०. *दादुरा र ठ्यौलामा*– तुलसीपत्रको रसमा ज्वानो पिंधेर लगाइदिए उक्त रोगको दाह शान्त भएर आराम हुन्छ।

४१. *रक्तातिसारमा*– तीन मासा तुलसीको गेडा पाँच तोला पानीमा राती भिजाउनू र बिहान कपड़छान गरेर पिउन दिनू त रक्तातिसार आराम हुन्छ।

४२. *बिफरमा*– तुलसीको रस ३ ग्राम वा आठ–दस पात चौलानीमा पिंधेर पिलाए बिफरको दाह जान्छ।

४३. *ग्रहणीमा*– तुलसी, बेलपत्र र मरीच बराबर मिलाई त्यसको बीस ग्राम सेवन गरे ग्रहणी निको हुन्छ।

४४. *अरुचिमा*– तुलसीको दानाको धूलो दुई ग्राम र पिप्लाको धूलो पनि दुइ ग्राम महसित चाट्न दिए अरुचि हराउँछ।

४५. *लामखुट्टेको विषमा*– तुलसीको रस लगायो भने विषको प्रभाव हराउँछ।

४६. *अलकाईमा*– पाँच मासा तुलसीको गेडाको धूलो पानीसित पिउनाले अलकाई नष्ट हुन्छ।

४७. *बिच्छीको विषमा*– तुलसीपत्रभन्दा चार गुना बर्ता पानीमा पिंधेर दस–दस मिनटमा पिउनाले र लगाउनाले बिच्छीको विषमा लाभ हुन्छ

४८. *अलकाईमा*– नित्य तुलसीपत्रको सेवन गर्नाले र पातको रस अलकाईमा लगाउनाले केही दिनमै निको हुन्छ।

४९. *अतिसारमा*– दसदेखि बीस ग्रामसम्म तुलसीको गेडा पिंधी पानीसँग पिउनाले अतिसार ठीक हुन्छ।

५०. *शूलमा*– तुलसीको रस ६ ग्राममा सुठोको धूलो २ ग्राम हालेर खान दिए पेटको शूल नष्ट हुन्छ।

५१. *जरोमा*– तुलसीको रस १० ग्राम, अदुवाको रस ६ ग्राममा मह मिलाएर चाट्नाले औलोको जरो जान्छ।

५२. *दममा*— तुलसीको रस अवस्थानुसार एकदेखि तीन मासासम्म मह मिसाएर दिनाले दम निको हुन्छ।

५३. *औलो लागेमा*— तुलसीको पात दस र मरीच पाँच दाना चपाउनाले औलोको जरो रोकिन्छ।

५४. *वमनमा*— तुलसीको गेडा तीनदेखि ५ ग्रामसम्म पिंधेर दूध र महमा दिनाले वमन थामिन्छ।

५५. *जरो रोक्नमा*— जरो आउला जस्तो भएकोमा तुलसीको रस तीन ग्राममा पाँच सात दाना मरीचको धूलो मिसाई खायो भने जरो थामिन्छ।

५६. *बिफरमा*— तुलसीको रस ६ ग्राम सेवन गरे बिफर निस्केकोमा आशातीत लाभ गर्दछ।

५७. *बिफरको जरोमा*— ज्वानो र तुलसीपत्र पिंधेर ३ ग्रामदेखि १० ग्रामसम्मको मात्रा बनाएर सेवन पराए बिफरको जरो र बिफर—सम्बन्धी अरू बाधा पनि शान्त हुन्छन्।

५८. *बालकको दाँत निस्कनेमा*— एक ग्राम तुलसीको बीजको चूर्ण (धूलो) मा मह मिसाएर चाट्न दिए दाँत आउँदाको पखाला र अरू कष्ट पनि निको हुन्छ।

५९. *बालकको वात—विकारमा*— पाँच ग्राम तुलसीको रसमा तीन ग्राम मरीचको धूलो र दस ग्राम मह मिसाएर चाट्न दिए वायु—सम्बन्धी विकार निको हुन्छ।

६०. *कफ—ज्वरमा*— तुलसीको पातमा, सुठोको र ज्वानोको धूलो दुई—दुई मासाको मात्रामा महसित मिसाएर चाट्न दिए कफ—सम्बन्धी जरोमा लाभ गर्दछ।

६१. *पेट फुल्नेमा*— तुलसीको पातको रस एक—एक मासा मनतातो पानीसित पिउनाले साना बच्चाको पेट फुल्ने र अन्य पेट—सम्बन्धी विकारमा तत्काल फाइदा गर्दछ।

६२. *बालकको श्वास बढेमा–* तुलसीको मञ्जरी र पातको काढा पकाएर शक्कर हाली दस ग्राम जति पिलाए लाभ गर्दछ।

६३. *साधारण रुघा खोकीमा–* तुलसीको १०।१२ पात र तीन दाना मरीच हालेर चिया पकाई तीन छाक लगातार सेवन गरे रुघा लागेर खोकीले छाती दुखेको समेत आराम गर्दछ।

६४. *बालक–बालिकाको विविध रोगमा–* हिक्का, वमन, दम, खोको, जरो, अजीर्ण, पेट सुनिएको, दिशा–पिशाब रोकिएको, रुघा–खोकी आदि बिमारीमा तुलसी र अदुवाको रस बराबर मिसाएर तातो पार्नू र सेलाए–पछि मह मिसाएर खान दिए आराम हुन्छ।

६५. *आमाशयको शूलमा–* पचीस–तीस ओटा–तुलसीको पात चिया पकाए जस्तै पकाएर पिलाए आमातिसारको शूल तत्काल रोकिन्छ।

६६. *पुरानो वा औलोको ज्वरमा–* कालो तुलसीको पात ५ तोला, एक तोला धतुरोको बियाँ अथवा बोक्रा, एक तोला आँकको जराबाट झिकेको बोक्रा। यी सबै पानीमा राम्ररी पिसेर ठूलो केराउको दाना जत्रो गोली बनाएर राख्नू। जरो आउने समय–भन्दा एक घण्टा पहिले चार गोलीको मात्रा गरेर तातो पानीसित एकेक घण्टामा दिने गरे औलोको जरो निको हुन्छ।

६७. *छालाको रोगमा–* तुलसीका जराको वरिपरिको माटो अलि गीलो पारेर शरीरमा लगाई एक घण्टापछि सफा पानीले स्नान गरी बाक्लो रुमालले दली–दली पुछिदियो भने छाला–सम्बन्धी कुनै पनि रोग लाग्दैन।

६८. *बारुलोले टोकेकामा–* तुलसीको रस पिलाउनू र टोकेको स्थानमा तुलसीको पात पिसेर लगाइदिनु त विष हराएर जान्छ।

६९. *बिच्छीले टोकेमा–* तुलसीको पात चपाउनू र उसकै रसमा नून

मिसाएर टोकेको स्थानमा लगाए विष नष्ट भई आराम हुन्छ।

७०. *दाद–दिनाईमा–* गाईको घ्यू र ढुङ्गाको चून काँसको थालमा राखी तुलसीको रस मिलाएर बेसरी घोटेर मलहम जस्तो बनाएर लगाए दाद–दिनाईमा लाभ हुन्छ।

७१. *दादमा–* एक केस्रा लसुन र तुलसीको पात पिसेर लगाए पनि दाद–दिनाईमा लाभ गर्दछ।

७२. *स्थूलता (बर्ता मोटो भए) मा–* बिहान खाली पेटमा आधा तोला मह र त्यति नै तुलसीको रस मिलाएर दुई महीना जति सेवन गरे अनावश्यक स्थूलता नष्ट हुन्छ।

७३. *औलोको (मलेरिया) ज्वरमा–* दस ग्राम तुलसीको पात र दस ग्राम राजवृक्षको गुदीलाई २०० ग्राम पानीमा काढा पकाई पिउनाले औलो वा शरद ऋतुको मलेरिया ज्वरमा लाभ गर्दछ।

७४. *शीत ज्वरमा–* तुलसीको रस दस ग्राम र पाँच ग्राम मरीचको धूलो महमा मिसाएर चाट्नाले शीतज्वर वा कफज्वरमा लाभ गर्दछ।

७५. *कम्प र जाडो हुने काम जरोमा–* तुलसीको पात दस बाह्रवटा र ३ दाना मरीच एकतोला पानीमा पिसेर खान दिए कामजरो र ठिक्क बेलामा आउने जरो पनि निको हुन्छ।

७६. *जीर्ण (पुरानू) ज्वरमा–* दस ग्राम तुलसीको पातको काढा पकाएर मिश्री वा मह मिलाई खान दिए सात दिनमा कस्तै पुरानू जरो पनि आराम हुन्छ।

७७. *खोकीले छाती दुखेमा–* तुलसीको पातको रस दुइ ग्राम मिश्रीको धूलोमा मिलाई चाट्न दिए खोकीले छाती दुखेको र रुधा लागेर आएको जरोमा समेत रामवाण झैं हुन्छ।

७८. *अजीर्ण (अपच) मा–* तुलसीको पात र मरिच बराबर मिसाई

तीन ग्रामको मात्रा गरेर पिउने गरे अजीर्ण निको हुन्छ। अथवा तुलसीकै पात एक तोला र बिरेनून २ ग्राम मिसाई तातो पानीसित सेवन गरे अजीर्ण (अपच) आराम हुन्छ।

७९. *मन्दाग्निमा*– पाँच ग्राम कालो तुलसीको पात पिसेर मह वा मिश्री मिसाएर पिउनाले मन्दाग्नि निको हुन्छ। अथवा पाँच ग्राम तुलसीको रसमा पाँच दाना मरीचको धूलो र मह मिलाई दुवै छाक चाटे मन्दाग्निमा लाभ गर्दछ।

८०. *मूत्रकृच्छ्रमा*– तुलसीको रस र कागतीको रस दस–दस ग्राम पिउनाले मूत्रकृच्छ्रमा आशातीत लाभ हुन्छ।

८१. *प्रमेहमा*– तुलसीको गेडा ३ ग्राम जति सय ग्राम पानीमा भिजाएर बेलुका राखिदिनू। बिहान बेसरी मिचेर त्यसमा एक ग्राम मेथीको धूलो मिसाएर लुगामा छानी पिउने गरे प्रमेह निको हुन्छ। तीन ग्रामदेखि दस ग्रामसम्म अवस्थानुसार तुलसीको मंजरी वा दानामा मह अथवा मिश्री मिसाएर पिउनाले चालीस दिनमा प्रमेह निको हुन्छ।

८२. *धातु बग्नेमा*– तुलसीका (दाना) धूलो पाँच ग्राममा पुरानू शक्कर दस ग्राम मिलाएर गाईको धारोष्ण (दुहना साथको–तातो) दूधमा दुवै छाक सेवन गरे तीस–चालीस दिनमा धातु बग्ने र प्रमेहमा लाभ गर्दछ। यसले प्रमेह–सम्बन्धी अन्यान्य कष्टमा पनि लाभ हुन्छ र धातु पुष्ट पनि पार्दछ।

८३. *अतिसारमा*– साना बालकलाई अतिसार भएर मलमूत्र बर्ता दुर्गन्धियुक्त छ भने दुई ग्राम तुलसीको गेडा पिंधेर गाईको वा आमाको दूधसित छिन–छिनमा बराबर चाटिरहे अतिसार आराम हुन्छ।

८४. *शूलमा*– सानो बालक शूलले रुने कराउने गर्दछ भने पाँच ग्राम दुवाको रसमा पाँच ग्राम तुलसीको रस मिलाई अतिकति

महं मिसाएर पिलाए बालकका पेटको रोग र शूल तत्काल आराम हुन्छ। यो प्रयोग सिद्ध छ।

८५. ***घाँटी दुखेमा***– मह र तुलसी–पत्रको रस मिसाएर चाट्नाले **घाँटी दुखेको** र थूक निल्दा पनि कष्ट हुने तीन–चार मात्रामै आराम हुन्छ।

८६. ***आधाकपाल दुखेमा***– छायामा सुकाएको तुलसीको फूल (मंजरी) धूलो पारेर पाँच ग्रामको मात्रा गरी महसित चाट्नाले आधा कपाल दुखेको आराम हुन्छ।

८७. ***प्रदरमा***– नयाँ चामलको चौलानीसित तुलसी–पत्रको रस बीस ग्राम जति सेवन गरे पुरानो प्रदर पनि निको हुन्छ। तुलसीको दाना ६ ग्राम जति भिजाएर बिहान बेसरी मिची छानेर पिउनाले पनि प्रदर आराम हुन्छ। फेरि तुलसीपत्रको दस ग्राम र उति नै मिश्रीको धूलो मिलाएर सेवन गरे पनि प्रदर आराम हुन्छ।

८८. *जरो र खोकीमा*– तुलसी–पत्रको पन्ध्र ग्राम रस, मह ५ ग्राम, दस ग्राम अदुवाको रस, दस ग्राम ज्वानोको धूलो मिलाएर सफा पात्रमा राख्नू। त्यसबाट दसदेखि तीस थोपासम्म बालकको अवस्था हेरेर दिने गरे बालकको रुघा–खोकी, ज्वर आदि सबै निको हुन्छ।

८९. *जुकामा*– तुलसीको रस पाँच ग्रामदेखि दस ग्रामसम्म मनतातो पानीमा मिसाएर पिलाउनाले साना बालकका पेटको जुका मर्दछन्। फेरि चार ग्राम तुलसीको रस मनतातो पारेर चार ग्राम वायविडङ्गको दाना त्यसमा मिसाई सेवन गरे पनि जुका नष्ट हुन्छन्।

९०. *पाठेघरको रोगमा*– दुइ ग्राम तुलसीको दाना पिंधेर रजस्वला भएको बखतमा तीन दिन पिउन दियो भने गर्भाशय शुद्ध हुन्छ। तुलसीको पात दुइ ग्रामदेखि दस ग्रामसम्म सेवन गरे पनि गर्भाशय विकार–रहित बन्दछ।

११. *प्रसव पीडामा–* छ: ग्रामदेखि दस ग्रामसम्म तुलसी–पत्रको रस मनतातो पारेर पिलाए प्रसव–पीडा पनि कम हुन्छ र शिशु सहजै जन्मन सक्तछ।

१२. *खोकीमा–* दस ग्राम तुलसीको पात र दस ग्राम मरीच पिधेर स–साना गोली बनाउनू र एक दिनमा एकेक गोलीको मात्रा गरेर चारपल्ट खान दिए साना बच्चाको खोकी निको हुन्छ। दुइ–तीन गोलीको मात्रा गरेर दिए ठूला मानिसको खोकीमा पनि लाभ गर्दछ।

१३. *मूर्च्छामा–* तुलसीको मंजरीको रसमा सिंधेनूनको धूलो मिसाएर नाकमा नस हाल्नाले मूर्च्छामा लाभ गर्दछ।

१४. *विभिन्न ज्वरमा–* तुलसीको पातको रसमा सुठो घोटेर मनतातो पारी निधारमा लगाई सुत्यो भने पसीना आएर जरो उत्रन्छ। फेरि तुलसीको पात छ: ग्राम र बाबरी झार छ: ग्रामको काढा पकाएर पिउनाले दिनहुँ एउटै समयमा आउने जरो थामिन्छ। अथवा तुलसीको रस तीन ग्राम र मरीचको धूलो तीन ग्राम मिसाएर मह मिलाई चाट्नाले तथा उमेर अनुसार चार–पाँच पल्ट दिनाले पुरानो र कामजरो पनि आराम हुन्छ।

१५. *शूलमा–* अदुवा र तुलसीको रस समान पारी मनतातो पारेर दस ग्राम अलिकति मह मिलाई पिउनाले पेटमा उठेको शूल आराम हुन्छ। अवस्था–अनुसार मात्रा धेरै–थोरै पार्न सकिन्छ।

१६. *पेट सुनिएमा–* तुलसीको रस र पानको रस समान पारी अलि–अलि तताएर तीन–चार ग्राम जति पिए पेट सुनिएको निको हुन्छ।

१७. *कानका कष्टहरूमा–* तुलसीको पातको रस मनतातो पारी कानमा हाल्नाले कान पाकेको र सुइरोले घोचे–झैं भएको पनि आराम हुन्छ। अथवा कालो तुलसीको रस कानमा हाल्नाले

कर्णशूल र कान नसुन्ने पनि ठीक हुन्छ। अथवा भृङ्गिराजको रस र तुलसीको रस समान रूपमा मनतातो पारेर कानमा तीन थोपा जति हालि–दिनाले कान पाकेको र रगत बग्नेमा पनि लाभ गर्दछ।

९८. ***खोकीमा***– तुलसीको दाना (धूलो) र मिश्री समान लिई तीन ग्राम जति तातो पानीसित खानाले खोकी र 'घर–घर' घाँटी बोल्ने पनि आराम हुन्छ। अथवा एक तोला तुलसीको पातको रस र एक पाउ गाईको दूधमा मिश्री मिलाएर खाली पेटमा पिउनाले खोकी र रुघा पनि लाग्दैन र लागेको भए पनि आराम हुन्छ। अथवा तुलसीको पातको रस र अदुवाको रस पाँच–पाँच ग्राम मिलाएर सेवन गरे रुघा–खोकीमा लाभ हुन्छ।

९९. *स्वप्नदोषमा*– सपनामा वीर्यपात हुने रोगमा तुलसीको जरा मसिनू धूलो पारेर पानमा हाली खाने गरे अनिच्छित वीर्यपात समेत आराम हुन्छ।

१००. *शीघ्र–पतनमा*– तुलसीको गेडाको धूलो तीन–चार ग्राम जति पानमा हालेर खाने गरे छिटै वीर्य स्खलित हुने रोग पन्ध्र दिनमै आराम हुन्छ। यसले समागममा सन्तुष्टि पनि दिनेछ।

१०१. *प्रमेह*– पिशाबसित धातु बग्ने भएमा तुलसीको जरा धूलो पारेर पाँच सय ग्राम पानीमा दस ग्राम जति साँझमा भिजाउनू र बिहान बेसरी माडेर कपड़छान गरी पिउनाले प्रमेह रोग छिटै निको हुन्छ।

१०२. ***सबै प्रकारको*** *ज्वरमा*– (क) तुलसीको दस–पन्ध्र पात र त्यति नै मरीच मिलाएर काढा पकाई पिउनाले बढेको ज्वर ओर्लन्छ र एक साता पिए फेरि जरो आउन्न।

(ख) तुलसीको सुकेको पात वा हरियो भए पनि तीन ग्राम र अदुवा आठ ग्राम मिलाई चूर्ण बनाएर त्यसमा गाईको दूध र मिश्री वा

चीनी मिलाई पिए जरो निको हुन्छ।

(ग) तीन ग्राम तुलसीको रस मनतातो पारेर मह मिलाई तीनै टाइम पिउनाले साधारण जरोमा तत्काल फाइदा गर्दछ।

(घ) दस ग्राम तुलसीको रसमा, दस ग्राम मरीचको धूलो मिसाएर दुई ग्रामको मात्रा गरी दिनहुँ दुवै छाक सेवन गरे सबै थरिका ज्वरमा लाभ गर्दछ।

(ङ) तुलसीपत्र, बेलपत्र, लाजवन्ती, आँपको पात र कण्टकारी यति सबै पाँच–पाँच ग्राम मिसाई एक किलो पानीमा काढा पकाई दुवै छाक तीन दिन खाए सबै प्रकारको जरो निको हुन्छ र फेरि जरो फर्की–फर्की आउन्न।

(च) थाङ्ने जरोमा करंज र तुलसीको पात पाँच ग्रामको धूलो पारेर स–साना गोली बनाएर चार गोलीको मात्रा गरी तातो पानीसित दुवै छाक तीन दिन खाए जस्तै पुरानू जरो पनि निको हुन्छ।

(छ) तुलसीपत्रको रस दस ग्राममा त्यति नै मिश्री मिलाएर पिए पुरानो वा एक दिन, दुइ दिन बिराएर आउने जरो निको हुन्छ।

१०३. *उन्माद (आधा बौलाहा भएको) मा–* तुलसीको पात आठ ग्राम जति पिसेर खान दिनू, तुलसीको गन्ध सुँघ्न दिनू, तुलसीपत्रको रस सर्वाङ्गमा घसिदिनू। यति गर्नाले एक महीना जतिमा आराम हुन्छ।

१०४. *हृदय–रोगमा–* सुकेको तुलसीपत्रको धूलो पाँच ग्राममा मह मिसाएर सेवन गरे मुटु हल्लने वा दुख्नेमा लाभ गर्दछ।

१०५. *पाण्डुरोग वा श्वेत कुष्टमा–* कालो तुलसीपत्र छायामा सुकाएको धूलो पाँचदेखि दस ग्रामसम्म दुवै छाक सेवन गर्नाले र तुलसी–वृक्षको जरा नगीचको माटो शरीरमा लगाएर एक घण्टापछि स्नान गरे केही दिनमा पाण्डुरोग निको हुन्छ।

१०५. कागती निम्बू

१. *कब्जमा*– बर्ता साह्रो दिशा हुने रोगमा कागतीको रसमा चीनी मिसाएर खानाले लाभ हुन्छ।

२. *अपचमा*– शोधेको गन्धक, सिंधेनून, सुठो मिलाएर पिंधी चनाको गेडा बराबरको गोली बनाई बिहान बेलुका दुइ–दुइ गोली खाने गरे नपच्ने र अजीर्णमा लाभ गर्दछ र भोक पनि बढाउँछ।

३. *पेटको रोगमा*– कागतीको रस, सनाई–पत्ती, त्रिफला (हर्रो, बर्रो, अमला) र बिरेनून पिंधेर चनाको दाना बराबर गोली बनाएर बिहान–बेलुका दुइ–दुइ ग्राम त्यो गोली चीसो पानीसित सेवन गरे पेट–सम्बन्धी रोगमा आराम गर्दछ।

४. *अजीर्णमा*– खान मन नलाग्ने, खायो भने वमन हुने यस्तो स्थितिमा कागतीको रसमा जाइफल घोटेर चाटे लाभ गर्दछ। दुइ फ्याँक पारेको कागतीमा सुठो र सिंधेनून छरी आगोमा तताएर चुस्यो भने अजीर्ण रोगमा जाति गर्छ।

५. *संग्रहणीमा*– यस रोगमा जे जस्तो खायो उस्तै दिसा हुन्छ। अत: कागती दुइ फ्याँक पारेर एउटामा नून र अर्कामा चीनी हालेर चाटे लाभ गर्दछ। कागतीको दुवै फ्याँक एकैछिन आगोमा तताएर पालैसित चुसे पनि लाभ गर्दछ र मटरको दाना जति अफीम पानीसित खाए पनि दिशा थामिन्छ।

६. *पखालामा*– कागतीको रसमा केशर घोटेर खाए लाभ गर्दछ। कागतीको रसमा जाइफल घोटेर चाटे पनि पखाला थामिन्छ।

७. *अलकाईमा*– कागती काटेर नून छर्दै चुस्ने अथवा जाइफलको धूलो र चीनी छरेर चाटे पनि बबासीरमा लाभ गर्छ।

८. *जरो (औलोको) मा–* जरो आउने भन्दा एक घण्टा अगाडि, काटेको कागतीमा एक लाल जति अफीम लगाएर चुस्न दिए जरो आउन्न, निको हुन्छ। यसमा पानी बर्ता पिउनु हुँदैन।

९. *दुइ वा तीन–चार दिन बिराएर आउने जरोमा–* ३ ग्राम चून अलिकति पानीमा मिसाउनु र यौटा कागती त्यसैमा निचोरे चून जति पानीमा तल बस्छ। जरो आउनुभन्दा एक घण्टा अगाडि त्यो पानी पिए जरो रोकिन्छ, फेरि आउन्न।

१०. *रक्त सफा पार्नेमा–* एक मासा जति कागतीको रसमा त्यति नै पानी मिलाएर पिए केही दिनमा रक्त सफा हुन्छ।

११. *रतौंधीमा–* दिनहुँ राती सुत्ने बेलामा दुइ थोपा कागतीको रस आँखामा चुहाउने गरे रात्रिमा आँखा नदेख्ने रोग केही दिन लगातार प्रयोग गरे निको हुन्छ।

१२. *कृमि–चुर्ना परेमा–* चुर्ना व जुका परेकोमा कागतीको बोक्रा अथवा जराको काढा पकाएर खान दिए कीरा मर्छन् र रोग निको हुन्छ।

१३. *कपाल झर्नेमा–* कागतीको रसमा अमलाको दाना घोटेर लगाए रौं झर्न थामिन्छ।

१४. *कान दुखेमा–* कागती र अदुवाको रस मिसाएर दुइ–दुइ थोपा कानमा चुहाए निको हुन्छ।

१०६. प्याज

१. *मूर्च्छा (बेहोशी) मा–* प्याज सुँघाउनाले तत्काल होश आउँछ र बराबर प्याजको रस सुँघिरहनाले आराम हुन्छ।

२. *रक्त–संचारमा–* प्याज (काँचो) खाने गरे रक्त संचालन राम्रो बनिरहन्छ। स्वास्थ्य बिग्रन्न।

३. *पोल्नेमा*– शरीरको कुनै पनि अंग वा भागमा दाह अथवा पोल्ने रोग भएमा प्याज काटेर दल्नाले तत्काल आराम हुन्छ।

४. *बबासीर (अल्काई) मा*– प्याजको रस महमा मिसाएर खाने गरे खूनी बबासीर निको हुन्छ।

५. *रक्तको कमीमा*– रगतको कमी हुने व्यक्तिले सधैं प्याज खाने गरे रगतमा वृद्धि भई लाभ हुन्छ।

६. *फियोमा*– प्याजको रसमा सिर्का मिलाएर खाने गरे फियो हराउँछ र खान रुचि बढ्छ।

७. *शरीर सुनिएकोमा*– पिशाबको थैलीमा खराबी भएर शरीर सुनिएकोमा काँचो प्याज खानाले लाभ गर्छ।

८. *सर्दीमा*– कलेजाको रोग, लीवर र म्यादी जरोमा प्याज मसिनो काटेर नूनसित खाए आराम हुन्छ।

९. *भोक बढाउनमा*– केवल प्याजको रस खाने गरे पनि रुचि, स्वाद र भोक बढेर आउँछ।

१०. *कान दुख्नेमा*– कानमा पानी पसेर वा अन्य कारणले पनि कान दुखे प्याजको रस मनतातो पारेर दुइ–दुइ थोपा चुहाइदिए कानको पीडा शान्त हुन्छ।

११. *सुकेनास (सुखण्डी) मा*– यो रोगलाई प्याजको सेवनले बढ्न दिंदैन। बराबर सेवन गरिरहे केही दिनमा निको हुन्छ।

१२. *रुघामा*– रुघा लागेर ज्वरांश भए राती सुत्ने बेलामा काँचो प्याज खानू र पानी नपिउनू लाभ गर्छ।

१३. *घाँटी पोलेमा*– प्याज, दही र मरीच मिसाएर सेवन गरे एक साताामा घाँटी पोल्ने आराम हुन्छ।

१४. *हात–खुट्टा फुटेमा र दम्कोमा*– प्याज कुटेर बाँध्नु र पोलेको प्याज सहँदो तातो कुल्चनु त दमको परेको पनि ठीक हुन्छ।

१५. *गठिया*– हात खुट्टाको जोर्नी दुखेमा प्याजको रस तोरीको

तेलमा मिसाएर मालिश गरे लाभ हुन्छ। **यो प्रयोग** लगातार केही दिनसम्म गरिरहनुपर्दछ।

१६. *विषमा*– माकुरोले मुतेको, बिरालोले टोकेको, मौरी र हड्डा (बारुलो) ले चिलेकोमा प्याज कुटेर रस झिकी तोरीको तेल मिसाएर लगाए विष लाग्दैन। दाह–पीडा तत्काल हराउँछ।

१७. *पखालामा*– प्याज मसिनो काटेर दहीमा मिलाई खानाले पखाला लागेको आराम हुन्छ।

१८. *छारे रोगमा*– प्याजको रस नाकमा चुहाइदिए तत्काल बेहोश भएको व्यक्तिलाई होश आउँछ।

१९. *उत्तेजना*– प्याजले उत्तेजना बढाउँछ। अविवाहित र भर्खरको नवयुवकले बर्ता प्याज खाए स्वप्नदोष हुने डर रहन्छ।

२०. *नेत्र–रोगमा*– आँखा कमजोर भए प्याजको रस र मह बराबर मिलाई कपड़छान गरेर प्रातः सायं दुवै छाक एक महीना जति आँखामा लगाए सफा देखिन थाल्दछ। यसले भरखर आरम्भ भएको मोतियाबिन्द पनि ठीक पार्छ।

२१. अम्लपित्तमा– प्याजले अम्लपित्त, अमिलो डकार आउने, पेट सुनिने, तीन–चार दिनसम्म दिशा नहुने इत्यादि रोगमा तत्काल लाभदायक हुन्छ।

१०७. लसुन वा लहसुन

१. *गानो गएमा*– लसुन पिंधेर वा एकेक केस्रा तातो पानीसित खाए पनि तत्काल फाइदा गर्दछ।

२. *विषम ज्वरमा*– बिग्रेको ज्वरमा लसुनलाई–घिउ वा तेलमा डढाएर त्यो घिउ वा तेल पिए लाभ गर्दछ।

३. *मुटुको रोगमा*– यस रोगमा घिउमा फुराएको लसुन एक–दुइ केस्रा भात खान लाग्दा भातैमा मुछेर खाने गरे लाभ हुन्छ।

४. *शरीर सुनिएकोमा*— लसुन हालेर पकाएको तेल मालिश र एक दुइ केस्रा बिहान खाली पेटमा खाने गरे सुनिएको आराम हुन्छ।

५. *पेट दुखेमा*— लसुनको रस दस थोपादेखि तीस थोपासम्म खाए लाभ हुन्छ। तर एकैपल्ट तीस थोपा नखाएर क्रमशः बढाएर लैजानु उचित हुनेछ।

६. *बाथ रोगमा*— वायविडङ्गको चूर्ण तीस ग्राम, लसुन साठी ग्राम, घिउ १२० ग्राम पकाएर तीन–तीन ग्रामको खुराक बनाएर खाने गरे बाथ रोगमा लाभ हुन्छ। तेलमा लसुन पोलेर सोही तेल मालिश गरे पनि बाथ रोग निको हुन्छ।

७. *बाजीकरणमा*— एक डल्लो लसुन छोडाएर कुटी मिश्री र घिउमा पकाएर खाए उत्तेजना र बलवीर्य बढ्दछ।

८. *स्वप्नदोषमा*— एक केस्रा काँचो लसुन चपाउनुपर्दछ, यसले स्वप्नदोष ठीक हुन्छ र कामोत्तेजना घट्छ।

९. *भित्री चोटमा*— नदेखिने चोटमा लसुनको रसमा नून मिसाएर मालिश गरे तथा दुखेको स्थानमा रुवो वा लुगाको पट्टी राखेर बाँधिदिए मोचमा पनि लाभ गर्दछ।

१०. *दादमा*— लसुन पिसेर दादमा लगाउनाले निको हुन्छ, तर यो बर्ता पोल्दछ, सहन सक्नुपर्दछ।

११. *वीर्यवृद्धिमा*— लसुनको केस्रा छोडाएर घिउमा रातो पारेर भुट्नू तर कालो पारेर डढाउनु हुँदैन। त्यसपछि दूधमा खीर पकाएर एक महीना जति दिनहुँ खाए वीर्य बढ्दछ, नपुंसकता हराउँछ र यसले गठियावात पनि निको पार्दछ।

१२. *कपाल दुखेमा*— दुवै कनपारामा लसुन पिंधेर लगाए एक–छिन–मै कपाल दुखेको आराम हुन्छ।

१३. *आमातिसारमा*— १० ग्राम लसुनको रस र १० ग्राम गाईको

घिउ मिसाएर पिउन दिनु त आमातिसार निको हुन्छ।

१४. *बिच्छीको विषमा–* लसुन र अमचूर (सुकाएको आँपको धूलो) सँग मिलाएर खान दिनु त विषको प्रभाव नष्ट हुन्छ।

१५. *जिब्रो सुनिएमा–* लसुन पिसेर जिब्रोमा लेप लगाए लाभ गर्दछ।

१६. *घाँटीको कष्टमा–* काँचो लसुनको रस चुस्तै गरे घाँटी दुखेको निको हुन्छ।

१७. *घाउ धुनमा–* कुटेका लसुन पानीमा मिलाएर घाउ धोए लाभ गर्छ।

१८. *कान दुखेमा–* लसुनको पातको रस वा लसुन तेलमा डढाएर त्यो तेल कानमा हाले लाभ हुन्छ।

१९. *भोक नलाग्नेमा–* बासी मुखमा एक पोटी लसुन पानीसित निले भोक खुल्दछ, खाएको पाचन भएर सबै रोग हराउँछ।

१०८. नीम

नीमको वृक्ष गर्मी स्थानमा पाइन्छ। यसको छायामा सुत्ने बस्ने गरे झट्ट कुनै रोग लाग्न सक्तैन। नीमको वृक्षको धार्मिक महत्त्व पनि कम छैन। अनेक धार्मिक व्यक्तिहरू यसको पूजा गर्दछन्। अब धर्मको व्याख्यापट्टि नलागेर यसका गुणहरू हेर्नुहवस्–

१. *सैन (नासूर) भएको घाउमा–* यस्तो घाउमा नीमको पात पोलेर खरानी लगाए लाभ गर्छ।

२. *बिग्रिएको घाउमा–* चून (पानमा खाने) को पानीमा भिजाएर घाउको पाप्रा निकाल्नू र रातो भएपछि पानी आउन थाल्दछ, अनि सफा पानीले धोई नीमको पात पिंधेर लगाइदिए लाभ गर्छ।

३. *जरोमा–* नीमको पात कुटेर झिकेको रस अवस्थानुसार खान दिए साधारण ज्वर अवश्य निको हुन्छ।

४. *रक्त—दूषित भएमा*-- नीमको पात र फल खानाले दूषित रक्त सफा भई केही दिनमै आराम गर्छ।

५. *कुष्टमा*— धेरै दिनसम्म नीमको वृक्षमनि बस्नु, नीमकै दाउराले पकाएर खानु, नीमकै रस औषधिको रूपमा सेवन गर्नुपर्छ। यति गर्न सके भयंकर कुष्ट पनि निको हुन्छ।

६. *मलेरिया औलोको ज्वरमा*— पोलेको फिटकिरी छः मासा र नीमको पात पिंधेको छः मासा मिलाएर छायामा सुकाई स—साना गोली बनाएर जरो आउनुभन्दा एक घण्टा पहिले खान दिए जरो आउन्न, थामिन्छ।

७. *सुत्केरी हुन नसकेमा*— नीमको जरा बेथा लागेर पनि बच्चा जन्मन सकेन भने कम्मरमा बाँधिदिए सजिलै बच्चा जन्मन्छ। अनि तुरुन्तै फुकालिदिनुपर्छ।

८. *बबासीरमा*— बबासीरको फोकामा नीम को तेल दिनहुँ लगाए चाँडै नै आराम हुन्छ।

९. *पखालामा*— नीमको एक्काइसवटा पात एक पाउ पानीमा पिंधेर शक्कर मिलाई शर्बत जस्तो बनाएर पिउनाले कस्तै पखाला लागेको भए पनि तत्काल थामिन्छ।

१०. *बिच्छीको विषमा*— नीमको बोक्रा वा पात चिलिममा हालेर तमाखु पिए—झैं पिए बिच्छीको विष शान्त हुन्छ। यो प्रयोग गरेको औषधि हो।

११. *हैजामा*— नीमको पात पिंधेर गोला बनाई त्यसमाथि माटोको एक अंगुल मोटो लेप लगाउनू र आगोमा हालिदिनु। माटो रातो भएपछि झिकेर त्यसको रस निचोरेर शीशीमा राख्नू। हैजाले प्यास लागेको रोगीलाई १० ग्रामको मात्रा गरी गुलाबजलसित छिन—छिनमा दिनाले प्यास शान्त हुन्छ।

१२. *मन्दाग्निमा*— नीमको पाकेको फल दिनहुँ आठ—दस दाना खाने

गरे मन्दाग्नि रोग जान्छ।

१३. *अलकाईमा*— नीमको फल र सिन्दूरे वृक्षको गेडाको धूलो मिसाई आधा तोलाको दरले खाने गरे खटिरा सुकेर जान्छ।

१४. *दाँत दुखेमा*— नीमको फूलको काढा बनाएर कुल्ला गरे दाँत दुखेको र गीजाका अनेक रोगमा लाभ गर्दछ।

१५. *आँखा दुखेमा*— नीमको पातको रस आँखामा दुइ–दुइ थोपा हाल्नाले आँखाका अनेक रोगहरू निको हुन्छन्।

१०९. करेला

१. *कमल पित्तमा*— द्रोणपुष्पी (रुद्रघण्टी) र करेलाको रस मिसाई दिनको एक तोला खाने गरे कमल–पित्त ठीक हुन्छ।

२. *जुकामा*— ३ ग्राम वायविडङ्गको धूलो र दस ग्राम करेलाको रस मिलाई खाएको ३ घण्टापछि साधारण जुलाब दियो भने जुका नष्ट हुन्छन्।

३. *बिफरमा*— करेलाको पातको एक तोला रसमा एक मासा हलेदो (हर्दी) मिलाई पिए बिफर र दादुराका अनेक उपद्रवहरू शान्त हुन्छन्। दादुरा बिफर फैलिएको वेलामा यो औषधि खाने गरे बिफर आदिको भय रहन्न।

४. *पथरीमा*— तीन दिनसम्म तीन तोला करेलाको पातको रसलाई दुइ तोला दहीसित मिसाएर पाँच–सात तोला मही बनाएर पिउन दिनू। अनि लगातार तीन दिन औषधि दिएर तीन दिन थाम्नू अनि चार दिन दिएर चार दिन रोक्नु। यसै क्रमले सात दिन पुऱ्याउनू। पथरी रोग जति जीर्ण (पुरानो) भए पनि आराम हुन्छ। भारी पदार्थ नखानू। केवल चामलको जाउलो खान हुन्छ।

५. *गठियामा*— काँचो करेलाको रस तताएर दुखेको स्थानमा लेप गरे गठिया–वात आराम हुन्छ।

६. *भिरुङ्गी (सुजाकमा)*— करेलाको दशोटा पातको रस मिश्री वा चीनी मिलाएर केही दिन लगातार सेवन गरे सुजाक निको हुन्छ।

७. *घाउ—फोड़ामा*— करेलाको पातको रस पकाएर फोड़ा वा घाउमा लेप लगाए घाउ पाक्छ वा थाक्छ। दाह कम हुन्छ।

८. *घाँटी सुनिएमा*— कागतीको रसमा हरियो वा सुकेको करेला पिंधेर घाँटीमा लेप गरेर पातलो लुगाले पट्टी बाँधिदिए तीन—चार—दिनमा आराम हुन्छ।

९. *अलकाई (बवासीर) मा*— करेलाको एक तोला रस र पाँच मासा हर्रोको चूर्ण (धूलो) मिलाई लगातार दिनहुँ सेवन गरे अलकाई निको हुन्छ।

१०. *आँखाको रोगमा* — करेलाको जरो पानीमा घोटेर अलिकति मह एवं फिटकिरी मिसाई सुर्मा लगाए—झैं आँखामा लगाए आँखाका सबै रोग नष्ट हुन्छन्।

११. *काम—भोगको दुर्बलतामा*— करेलाको र त्यसको पातको रस चार माना जति बनाई आगोमा पकाउनू र बाक्लो भएपछि तीन—तीन मासाको गोली बनाउनू। यो औषधि मुखमा हालेर गाईको दूधले निल्नू, अनि मह चाट्नू। यसले स्तम्भन र रति—शक्तिमा वृद्धि गर्दछ। बढी भोगेच्छा राम्रो हुँदैन।

१२. *जलोदरमा*— करेलाको दुई तोला रसमा मह मिलाएर पिउनाले जलोदरमा विरेचन भएर आराम हुन्छ।

१३. *हैजामा*— करेलाको दस ग्राम रसमा दस ग्राम तिलको तेल मिसाएर पिउनाले हैजामा आराम हुन्छ।

१४. *फियो बढेमा*— अलिकति रायो र नून मिलाई एक तोला करेलाको रस पिए फियो बढेको र कलेजामा पनि लाभ पुग्दछ।

१५. *बिच्छीको विषमा*— बिच्छी, छेपारो र माकुराको विषमा करेलाको

जरा नून–पानीमा घोटेर लगाए अरिङ्गाल आदिको विष पनि नष्ट हुन्छ।

१६. *रतौंधीमा–* राती आँखा नदेख्ने रोगमा करेलाको पातको रस र मरीच बेसरी पिंधेर आँजन (सुर्मा) जस्तै गरी आँखामा लगाए राती नदेख्ने रोग ठीक हुन्छ।

१७. *योनि–भ्रंश (योनि बाहिर निस्कने रोगलाई 'योनि–भ्रंश' भन्दछन्) मा–* करेलाको जराको रस दस ग्राम पिलाउनू र योनिभ्रंशमा पनि लगाई बिस्तारै योनि भित्र पसाली लँगौटा लगाउने गरे यो रोग ठीक हुन्छ र गुदद्वारका पीडा एवं बेर्नु निस्कने पनि आराम हुन्छ।

१८. *अम्लपित्तमा–* काँचो करेला र करेलाको तरकारी खाने गरे अम्लपित्त (अमिलो पानी आउने) ठीक हुन्छ।

१९. *सानू बालकको रोगमा–* एक मासा जति करेलाको पातको रसमा मह मिलाएर चटाउनाले बालकको अनेक रोगमा लाभ हुन्छ।

२०. *सर्पको विषमा–* रोगीलाई करेलाको रस जति पिउन सक्छ दिनू। वमन हुन्छ, फेरि पिउन दिनू। यसै गरी वमन नथामिएसम्म पिलाउनू, सर्पको विष नष्ट हुन्छ। टोकेको घाउमा पनि करेलाको रस नै अलि बाक्लो पारेर लगाइदिनू।

११०. आँक

१. *बाथ रोगमा–* बाथ रोगले शरीर दुःखेकोमा आँकको पातले मनतातो पारेर सेक्नू। आँकको फूलको काढा मरीचसँग पिसेर खाए पनि लाभ गर्छ।

२. *पाण्डुरोगमा–* जण्डिस र सारा शरीर सेतो भइसकेको पाण्डु रोगमा पनि आँकको जरा चामलको चौलानीमा पिंधेर खानू।

आशातीत लाभ हुन्छ।

३. *रुघाले कपाल दुखेमा*— यसमा आँकको पात तातो पारेर कपालमा बाँधिदिनू र आँकको सुकेको काठको चुरोट जस्तै धुवाँ पिए पनि लाभ हुन्छ।

४. *मृगी (मूर्च्छा) मा*— आँकको दूधमा सुकेको गोबरको खरानी मिलाएर नस लिनू, छींक आउँछ र रोग हराउँछ।

५. *कुकुरले टोकेमा*— आँकको दूधमा गुड़ वा तेल मिलाएर लेप गरे लाभ हुन्छ। पालेको कुकुर भए विष लाग्दैन, डुलुवा कुकुरको विष अवश्य लाग्दछ।

६. *सुनिएकोमा*— आँकको पात, भैंसीको मूत्र र फलामको कीट घोटेर लेप बनाई सुनिएको स्थानमा लगाए लाभ हुन्छ।

७. *विषमा*— सबै प्रकारको विषमा आँकको जरा चिसो पानीमा घोटेर खान दिए आराम हुन्छ।

८. *घुँडा दुख्नेमा*— आँकको दूध पाँच—सात दिन लगाए लाभ हुन्छ।

९. *कान दुखेमा*— आँकको पातमा घिउ लगाएर आगोमा सेकाउनू र निचोरेर रस झिकी कानमा दुइ थोपा हालिदिए कान चर्केको वा दुखेको निको हुन्छ।

१०. *हलीपद वा हात—खुट्टा सुनिनु*— आँकको जरा मोहीमा पिंधेर लेप लगाए आराम हुन्छ।

११. *बिच्छीको विषमा*— आँकको जरा पिंधेर टोकेको स्थानमा लगाउनू वा आँकको दूध लगाए पनि लाभ गर्छ।

१२. *सर्प—विषमा*— आँकको पात आँककै दूधमा पिंधेर र घोटेर गोली बनाई एकेक घण्टामा खान दिए वमन हुन्छ र विष लाग्दैन।

१३. *मोतियाबिन्दमा*— दस ग्राम पुरानो ईंटको मसिनो धूलो आँकको दूधमा भिजाएर सुकाउनू र छः वटा ल्वाङ मिलाएर मसिनो पारेर पिंध्नू। यो चूर्णको नस लियो भने मोतियाबिन्दमा आराम हुन्छ।

१४. *कानको रोगमा–* आँकको पहेंलो पातमा घिउ लगाई सेकाउनू। अलि वैलाएपछि हातले निचोरेर कानमा दुइ थोपा रस चुहाए कान दुखेको र चर्केकोमा आराम गर्छ।

१५. *नामर्दीमा–* आँकको दूध बाह्र घण्टासम्म गाईको घिउमा खल गरेर राख्नू। त्यो घिउ एक रत्ती प्रतिदिन इन्द्रियमा मालिश गर्नाले हस्त–मैथुनबाट उत्पन्न नपुंसकतामा लाभ गर्दछ। [लिंगको अग्रभाग (सुपारी) लाई छाडेर मालिश गर्नू। सुपारीमा लगाउनु हुँदैन।]

१६. *अण्ड–वृद्धिमा–* आँकको जरा कान्जीसँग पिंधेर सेवन गर्नाले अण्डवृद्धि र श्लीपद निको हुन्छ।

१७. *नेत्र–रोगमा–* दस ग्राम आँकको जराको बोक्रा कुटेर एक पाउ पानीमा दुइ घण्टा भिजाएर छान्नू। त्यही पानी एक–दुइ थोपा आँखामा हाले आँखा रातो भएको, बिझाउने, भारी भएको र चिलाउने आदि अन्य कष्ट ठीक हुन्छ।

१८. *आधा कपाल दुखेमा–* आँकको पातको रस निकाली दुइ–तीन थोपा नाकमा हाले आराम हुन्छ।

१९. *मृगी, अपस्मार, छोप्ने रोगमा–* आँकको फूल र मरीच बराबर लिएर दुइ ग्रामको गोली बनाई दिनमा एकेक गोली तीन–चार पटक खानाले उपर्युक्त रोग र दम, रक्त–विकार, स्नायुरोग निको हुन्छ।

२०. *घाउमा–* आँकको पात सुकाई धूलो पारेर सोही धूलो घाउमा छर्किदिए सडेको मासु हटेर नयाँ पैदा गर्दछ र घाउ पनि छिटै पुरिदै जान्छ।

१११. मूला

१. *पिशाब बन्द भएमा–* एक ग्राम मूलाको बीज पिधेर एक माना पानी बनाएर रोगीलाई पिलाउनू। तत्काल पिशाब खुल्दछ।

२. *रुघा लागेमा*— एक ग्राम मूलाको नून पानीसँग खाए रुघा—खोकी निको हुन्छ। जरो आउन आँटेको भए पनि थामिन्छ।

३. *आँखा दुखेमा*— तीन ग्राम मूलाको नून दस ग्राम मह मिसाई खल गरेर शीशीमा राख्नू। राती सुत्ने बेलामा आँखाका डीलमा लगाए आँखा दुखेको आराम हुन्छ।

४. *अलकाईमा*— मूलाको पात छायामा सुकाएर त्यसैको बराबर मिश्री मिसाएर चूर्ण बनाइराख्नू। दस ग्राम प्रतिदिन ठण्डा पानीसित चालीस दिन सेवन गरे पूर्ण आराम हुन्छ।

५. *कान दुखेमा*— मूलाको रस पाँच तोला झिकेर त्यसमा ३ तोला तिलको तेल मिसाई आगोमा पकाउनू। तेल मात्र रहेपछि छानेर शीशीमा राख्नू। कान दुखेको बेला तेल मनतातो पारी तीन—चार थोपा कानमा हालिदिए कान दुखेको निको हुन्छ।

६. *कान नसुन्नेमा*— पाँच तोला मूलाको पहेंलो पातको रस, पाँच तोला मूलाको रस र पाँच तोला तिल वा तोरीको तेल मिलाई मधुरो आगोमा पकाउनू। तेल मात्र रहेपछि छानेर राख्नू। तीन—चार थोपा मनतातो पारी कानमा हाल्ने गरे केही दिनमा रोग नष्ट भई सुनिन थाल्दछ र कानका अरू रोगहरू पनि ठीक हुन्छन्।

७. *खोकीमा*— एक ग्राम मूलाको क्षारमा छः ग्राम मिश्री मिलाएर बिहान—बेलुका तातो पानीसँग सेवन गरे नयाँ पुरानो सबै प्रकारको खोकी निको हुन्छ।

८. *शूलमा*— तीन मासा मूलाको क्षार (नून) मा तातो पानी मिसाएर पियो भने शूल रोग र पेट सुनिने नष्ट हुन्छ।

९. *कुष्टमा*— मूलाको बीज कागतीको चूकमा मिलाई लेप गरे कुष्ट रोग आराम हुन्छ, तर यो धेरै दिनसम्म प्रयोग गरिरहनुपर्दछ।

१०. *सुकेलुतोमा*— छः ग्राम मूलाको नून दस ग्राम तोरीको तेलमा मिलाएर मालिश गरी एक घण्टापछि पानीले पखालिदिए सुकेलुतो

निको हुन्छ।

११. *जलोदरमा—* ७ तोला मूलाको रसमा तीन तोला मिश्री मिलाएर बिहान पिउनू। यसले पानी निकाल्छ र केही दिनमा पेट हलुका भएर जलोदर निको हुन्छ।

१२. *जुम्रा वा उडुस लागेमा—* डाँठ नभएको मूलाको पात र त्यसै बराबर पारा लिएर खल गर्नू। जब पारा नदेखिने हुन्छ तब त्यसैमा रूओ भिजाएर खाटका वरिपरि राखिदिनु त उडुस भाग्दछन्। सोही औषधिमा धागो डुबाएर कम्मर वा घाँटीमा बाँधे जुम्रा मर्दछन् र कहिल्यै जुम्रा पर्दैन।

१३. *अफीम आदिको विषमा—* कुनै व्यक्तिले भाङ, धतूरो, कुचिला,अफीम आदि बर्ता खाएको छ भने एक तोला मूलाको नून तातो पानीमा घोलेर पिलाइदिए विष नष्ट हुन्छ।

१४. *रजोधर्मको अनियमिततामा—* मूलाको बीज ६ ग्राम र पुरानो शक्कर बीस ग्राम एक माना पानीमा पकाउनू। आधा रहेपछि सहँदो तातो रोगीलाई पिउन दिनू। यो क्रम चार दिन चलायो भने मासिक—धर्म ठीक हुन्छ।

१५. मूलाको झोलमा हात डुबाएर सर्प वा बिच्छीलाई समाते पनि तिनीहरूले टोक्दैनन्।

१६. बिच्छीमाथि मूलाको झोल हालिदिए तत्काल मर्दछ।

१७. मूला बर्ता खाइरहने व्यक्तिलाई बिच्छी वा सर्पले टोक्दैन।

१८. मूलाको पात चपाएर खायो भने भोक जाग्दछ र खाएको पच्दछ।

१९. भोजनको आखीरमा दुइ—चार टुक्रा मूला खाए तीन चार घन्टा भित्रै खाएको सबै पच्दछ र भोक पनि लाग्दछ।

२०. मूलाको बीजको चटनी (अचार) खायो भने भोक लाग्दछ।

२१. मूलाको हरियो पातको रस आँखामा हाल्यो भने आँखाको ज्योति बढ्दछ।

२२. *मासिक धर्ममा–* एक ग्राम मूलाको नून र ६ ग्राम मूलाको बीज तातो पानीसित खाने गरे मासिक धर्म अनियमित हुँदैन।

११२. खयर (कत्था)

१. *अतिसारमा–* २ ग्राम दालचीनी र २ ग्राम खयर पिधेर कागतीको रसमा पाँच गोली बनाई दिनमा तीनपटक एक–एक गोली तातो पानीसित खाने गरे अतिसार निको हुन्छ।

२. *घाउ–खटिरामा–* खयरको धूलो घाउ खटिरामा छरिदिए रगत र पीप बग्न थामिन्छ र मासु पह्लाएर आउँछ।

३. *अल्काईमा–* रिट्ठाको बोक्राको खरानी र खयर बराबर पिधेर धूलो पारी राख्नू। दुइ ग्राम चूर्ण नौनीमा मिसाएर खानाले अलकाईले आउने रगत बन्द हुन्छ। नून, पीरो, अमिलो बार्नू।

४. *कुष्टमा–* खयरको शर्बत बनाई प्रयोग गरे भिरुङ्गी, कुष्ट, घाउफोडा पनि निको हुन्छ। खयर र नौनीको मलहम वा लेप झैं प्रयोग गरे पनि लाभ हुन्छ।

५. *कामोत्तेजनामा–* एक ग्राम कपूर र ५० ग्राम खयर मिलाई खाए नामर्दबाट मर्द बन्दछ। यो अलिकति मुखमा राखेर चुस्नाले लिगलिगे सुनिएको र त्यसैद्वारा लागेको खोकी पनि नष्ट हुन्छ।

६. *सैनमा–* खयर र नीलोतुथोको लेप लगाउने गरे केही दिनमै सैन पल्टिएको घाउ पनि आराम हुन्छ।

७. *जुकामा–* खयरको काठको काढा पकाएर पिउनाले पेटका जुका मर्छन्। आन्द्राको घाउ र आउँ परेको पनि निको हुन्छ, दिसा लागेको भए पनि थामिन्छ।

८. *कान पाकेमा–* खयरको धूलो छरिदिए कान पाकेर पीप बगेको पनि आराम हुन्छ। कान–सम्बन्धी अरू पनि रोग निको हुन्छ।

९. *दाँतको कष्टमा–* दालचीनी, जाइफल र खयर दस–दस ग्राम

लिई बेसरी पिधेर चनाको दाना जत्रो गोली बनाएर एक–एक गोली दिनको तीन–चारपल्ट चुस्नाले गिजा पाकेर पीप निस्कने तथा पाइरियाले दाँत दुख्ने र घाँटीको रोग पनि आराम हुन्छ। यही औषधि गाईको घिउमा मलहम बनाएर घाउ–फोडामा लगाए पनि हुन्छ र निको पार्दछ।

१०. *कफबाट रगत आएमा–* तीन ग्राम खयरको फूलको चूर्ण महमा मिलाएर चाट्नाले कफबाट रगत आउने रोग निको हुन्छ।

११३. अमला

१. *अजीर्णमा–* अमलाको पात तीस ग्राम पिधेर महीसित पियो भने अजीर्ण र अतिसार पनि निको हुन्छ।

२. *नाथ्री फुटेमा–* अमलाको पात १० ग्राम र कपूर तीस ग्राम पानीमा पिधी शिरमा लेप लगाउनाले नाकबाट रगत आउन रोकिन्छ।

३. *रक्तपित्तमा–* पाकेको अमलाको रस खलमा बेसरी घोट्नू। अलि बाक्लो भएपछि अरू रस थपेर फेरि घोट्नू। यसै गरी चार–पाँच–पल्ट सुक्छ र धूलो बनाई हावा नछिर्ने पात्रमा राख्नू। यो पित्तनाशक चूर्णको सेवनले मनको अत्यास, बढी प्यास र पित्तको जरो समेत नष्ट पार्दछ।

४. *मूत्रकृच्छ्रमा–* दुइ तोला अमलाको रसमा एक मासा अलैंचीको धूलो मिसाएर पिउनाले पिशाब पोल्ने, मूत्रकृच्छ्रमा आराम हुन्छ।

५. *सुजाक (भिरुङ्गी) मा–* अमलाको चूर्ण पानीमा मिसाएर पिउनाले र सोही पानीले लिङ्गमा पचका दिनाले भिरुङ्गीको दाह शान्त हुन्छ र बिस्तार–बिस्तार पीप आउन बन्द भई घाउ निको हुन थाल्दछ।

६. *आउँ–रगतमा–* सुकेको अमला दस ग्राम जति पानीमा पिधेर खानाले रक्तातिसार, आउँ, बबासीर आदिमा लाभ गर्दछ।

७. *मूत्र–रोगमा–* अमला पिधेर कपड़छान गरी मिश्री मिलाएर सेवन गरे पिशाबबाट रक्त आउन बन्द हुन्छ, रक्तपित्त र रक्त–अर्शमा पनि लाभ गर्दछ।

८. *हिक्कामा–* एक तोला अमला र कैथ (बेल जस्तै एक प्रकार को फल) को रस र तीन लाल पिपलाको धूलो महमा मिसाई चाटे हिक्का थामिन्छ।

९. *नेत्र–रोगमा–* एक दाना अमला थिचेर दुइ घण्टा जति पानीमा पकाई छानेर दिनमा तीनपल्ट आँखामा हाले नेत्र–सम्बन्धी अनेक रोगमा लाभ गर्दछ।

१०. *श्वेत प्रदरमा–* एक ग्राम अमला–भित्रको दाना पिंधेर पानीमा बेसरी मली छानेर मिश्री र मह मिलाई खानाले श्वेत प्रदरमा लाभ गर्दछ।

११४. केरा

१. *स्वप्नदोषमा–* प्रातःकाल यौटा पाकेको केरा र एक चमचा मह खाए रोगमुक्त होइन्छ।

२. *श्वेत–रक्त प्रदरमा–* यसमा स्त्रीहरूको योनिबाट सेतो पानी निस्कन्छ। यसमा पनि मह र केरा खानाले दुवै प्रकारका प्रदरमा लाभ हुन्छ।

३. *साना बालकले माटो खाएमा–* केरा खान दिए पेटको पाटो बाहिर निकाल्दछ।

११५. कपूर

१. *बालकको खोकीमा–* पानमा खाने पिपरमेंट र कपूर मिलाएर खान दिए तत्काल लाभ हुन्छ।

२. *आँखाको फुलोमा–* बरको दूधमा भीमसेनी कपूर मिलाएर

दिनहुँ आँखामा लगाउनू, केही दिनमै फुलो काटिई आँखाका अन्य रोगहरू पनि निको हुन्छन्।

३. *घाउमा कीरा परे*— कपूर लगाइदिए घाउमा परेको कीरा स्वत: मर्दछन् र आराम हुन्छ।

४. *दाँत दुखेमा*— उदुम्बर (गूलर) को दूधमा कपूर मिलाएर लगाए आराम हुन्छ। उदुम्बर (डुम्री) संस्कृत शब्द हो। यो नपाए कपूर मात्र लगाए पनि लाभ हुन्छ।

५. *काटेकोमा*— काटिएको वा चोट लागेको स्थानमा कपूर भरिदिए रगत थामिन्छ र आराम मिल्छ।

६. *सुजाकमा*— लिङ्गको छाताभन्दा माथि साह्रो हुन्छ, दुख्दछ र पोल्छ एवं पीप पनि बग्दछ। यो रोगमा कपूरको तेल मल्नु—पर्दछ। चार लाल जति अफीम र दुइ रत्ती कपूर पिंधेर लिङ्गको थाप्लोमा लगाउनुपर्दछ।

७. *अर्श (बवासीर) मा*— कपूरको मलहम बनाएर लगाउने गरे केही दिनमा निको हुन्छ। रगत आउन थामिन्छ र फोका सुक्तछ।

८. *अजीर्णमा*— यसमा भुटेको ज्वानो पाँच तोला, सिंधेनून एक तोला र कपूर दुइ रत्ती चूर्ण बनाएर सुत्ने वेलामा चार मासा दिनहुँ खाने गरे अपचमा लाभ हुन्छ।

९. *हैजामा*— यसमा हात—खुट्टा चिसो भए शुद्ध रक्सी (रेक्टोफाइट स्पिरिट) मा कपूर गालेर आठ—दस थोपा पानीमा मिलाई बराबर पिलाउनू, हात—खुट्टा तात्तछ।

११६. कुभिण्डो

१. *रक्त—प्रदरमा*— तीस ग्राम कुभिण्डोको रसमा एक तोला मिश्री मिलाई सेवन गरे रक्त—प्रदर निको हुन्छ। शरीरको जुनसुकै

अंगबाट रगत आएको भए पनि यो औषधि खाने र लगाउने गरे छिटै लाभ हुन्छ।

२. *शूलमा*– कुभिण्डो टुक्रा पारेर घाममा सुकाउनू र यौटा हाँडीमा हालेर हाँडीको मुख माटोले थुनिदिनू। अनि आगोमा बसाल्नू। त्यसलाई सेतो खरानी हुन नपाउने गरी पोल्नू। सेलाएपछि उतारेर त्यसमा भएको कोइला (अंगार) पिंधी त्यसैको बराबर सुठोको धूलो मिलाई कपड़छान गरेर राख्नू। खाना खाएपछि तीन ग्रामको मात्रा तातो पानीसित खाए पुरानो शूल रोग भए पनि आराम हुन्छ। यो प्रयोग सिद्ध छ।

३. *अलकाईमा*– कुभिण्डोको सुकेको बोक्राको धूलो २० ग्राम कन पानीसित सेवन गरे अलकाईबाट आउने रगत बन्द भई आराम हुन्छ।

४. *हैजामा*– कुभिण्डोको बिउको तेल दस ग्राम मिलाएर तीन घण्टापछि साधारण जुलाब दिए वस्ति र मूत्रेन्द्रियको शूल पथरी र मूत्रकृच्छ्र तथा हैजामा लाभ गर्दछ।

५. *मधुमेहमा*– सय ग्राम कुभिण्डोको रसमा ८ ग्राम लाल केशर, छः ग्राम सठिया चामलको ढुटो (धान ढिकीमा कुटेपछि भुस निस्केर फेरि फल्दा आउने मसिनो धुलो) भिजाएर बिहान–बेलुका दिए मधुमेह नष्ट हुन्छ। पथ्य–केवल जौको रोटी मात्र खाएर बस्नुपर्दछ, अनि लाभ हुन्छ।

६. *पिशाब पोल्नेमा*– दुइ तोला कुभिण्डोको रसमा तीन लाल जबाखार र तीन लाल फुराएको हीङ मिलाई खानाले पिशाब पोल्ने रोग ठीक हुन्छ। यसले पथरी र मूत्रेन्द्रियको शूलमा पनि लाभ गर्दछ।

७. *छारे रोगमा*– दस ग्राम कुभिण्डोको रसमा पाँच ग्राम मिश्री र

दुइ–तीन लाल केशर मिलाएर पिए मृगी, उन्माद, वायुको दर्द र मधुमेह पनि निको हुन्छ।

८. *खोकी र दममा*– कुभिण्डोको जराको चूर्ण तीन मासाको मात्रा गरी तातो पानीसित सेवन गर्नाले दम र खोकीमा आराम गर्दछ।

९. *रक्तपित्तमा*– कुभिण्डोको एक तोला रस पिए सबै प्रकारको रक्तस्राव निको हुन्छ।

१०. *क्षय (टी०बी०) मा*– कुभिण्डोको रसमा दुइ लाल काँचो लाहा मिलाई केही दिन पिए क्षय रोग निको हुन्छ।

११७. ल्वाङ

१. *मुखको गन्धमा*– ल्वाङ चपाउनाले मुखको गन्ध र पाचन क्रिया ठीक रहन्छ।

२. *परिवार नियोजनमा*– महीनावारी भएको चार दिनसम्म खानू भन्ने कथन छ। यो परीक्षा प्रार्थनीय छ।

३. *योनि सानु पार्नमा*– ल्वाङ घोडीको दूधमा भिजाएर पिष्नु र योनिमा राखे संकोचन हुन्छ।

४. *इन्द्रिय दह्रो पार्नमा*– ल्वाङ, सुठो, अकरकरा पिसेर महमा मिलाई लिङ्गमा लगाए बर्ता दह्रो हुन्छ।

५. *कपाल दुखेमा*– चारवटा ल्वाङ पानीमा पकाएर त्यो पानी पिए कपाल दुखको निको हुन्छ।

६. *प्यासमा*– बर्ता प्यास लाग्ने रोगमा तीन–चार ल्वाङ हालेर पानी उमाली त्यो चिसो भएपछि पिउनु त तिर्खा मर्छ।

७. *मुटुको जलनमा*– ल्वाङ पिसेर मिश्री मिलाई शर्बत झैं पिउनाले हृदयको जलन शान्त पार्दछ।

८. *दममा*– ल्वाङ र बिरेनून मिलाएर स–साना गोली बनाई चुस्ने गरे दममा फाइदा गर्छ।

९. *अजीर्णमा*– खाएको नपचे ल्वाङ र हर्रोको क्वाथ बनाई त्यसमा सिंधेनून मिलाई खाने गरे लाभ हुन्छ।

१०. *दाँतमा कीरा लागेमा*– चारवटा ल्वाङ पिसेर कीरा लागेको दाँतमा भरिदिनू। ल्वाङ र फिटकिरी भरिदिए पनि हुन्छ। ल्वाङ्को तेलमा रुवो भिजाएर कीरा लागेको दाँतमा राखिदिनू। ल्वाङ चपाइराखे दाँतमा कीरा लाग्दैन, लागेको भए पनि आराम गर्छ।

११८. सौंफ

१. *वमनमा*– सौंफ, सुठो, ठूलो अलैंची, पुदिना अलि–अलि लिएर पिष्नू र एक गिलास चिसो पानी मिलाएर अलि–अलि गरेर पिए छाद्ने रोगमा लाभ गर्दछ।

२. *रगतमासीमा*– सौंफमा मिश्री मिलाएर एक मासाको मात्रा गरेर दिनको चार खुराक खाने गरे रगतमासी जाति हुन्छ।

३. *बर्ता प्यासमा*– एक तोला सौंफ आधा किलो पानीमा पकाउनु, चिसो भएपछि पिउन दिए तिर्खा लाग्ने ठीक हुन्छ।

४. *आँखाको ज्योति बढाउनमा*– दस ग्राम सुठो–चूर्ण र पाँच ग्राम शक्कर मिसाई दिनहुँ सुत्ने बेलामा खाने गरे आँखाको ज्योति (तेज) बढ्छ।

५. *अतिसारमा*– सौंफ, पुदिना र ठूलो अलैंची पिंधेर चाट्नाले बालकहरूको पखाला र अतिसार ठीक गर्दछ।

६. *पखालामा*– सौंफ, सुठो र आँपको कोयाको गुदी मिसाएर चूर्ण बनाई दिनको तीनपल्ट खानाले पखाला थामिन्छ।

निवेदन– सौंफले ठण्डा गर्दछ, त्यसैले गर्मी प्रकृतिका मनुष्यलाई विशेष लाभ गर्दछ। आफ्नो शरीरको प्रकृति विचार गरेर प्रयोग गरे अवश्य लाभ हुन्छ।

११९. धनियाँ

१. *पेट पोल्नेमा*– पचास ग्राम धनियाँ कुटेर एक पाउ पानीमा भिजाएर बिहानै मिश्रीसित खाए पेट पोल्नेमा लाभ हुन्छ।

२. *प्यासमा*– धनियाँको क्वाथ बनाएर नौनी वा मिश्रीसित पिए प्यासमा लाभ गर्दछ।

३. *पिशाब पोल्नेमा*– सय ग्राम धनियाँ एक गिलास पानीमा भिजाउनू र चिया जस्तै रंग आएपछि छानेर मिश्रीसित पिए पिशाब रोकिने र पोल्नेमा लाभ गर्छ ।

४. *सेतो मासीमा* – धनियाँको क्वाथले लाभ हुन्छ।

५. *खोकीमा*– धनियाँ र जेठीमधुको क्वाथ दिए आराम हुन्छ।

६. *मुटुको व्यथामा*– धनियाँसित चीनी वा मिश्री मिसाएर खान दिए लाभ हुन्छ।

७. *अमिलो डकारमा*– धनियाँको क्वाथमा मिश्री पिलाएर चार दिनसम्म दिनको दुइपल्ट खाने गरे डकार बन्द हुन्छ।

८. *अण्डवृद्धिमा*– धनियाँ र मुनक्का पिधेर लगाए लाभ हुन्छ।

९. *कण्ठमालामा*– धनियाँ महमा मिलाएर लगाए कण्ठमाला निको हुन्छ।

१०. *मुटुको जलनमा*– धनियाँ र मिश्री बराबर खाए मुटु पोल्ने रोगमा लाभ हुन्छ।

१२०. जाइफल

१. रुघामा– रुघा लागेर कपाल दुखे जाइफललाई रक्सी वा ब्राण्डीमा घोटेर टाउकोमा लगाए आराम हुन्छ।

२. *प्यासमा*– दस ग्राम जाइफल दुई सेर पानीमा उमाल्नू र चिसो भएपछि त्यो पानी पिए प्यास मर्छ।

३. *कम्मर दुखेमा*– सुत्केरीको कम्मर दुखे जाइफललाई रक्सी वा ब्राण्डीमा घोटेर मालिश गरे लाभ हुन्छ। फेरि एक रत्ती कस्तुरी

पानमा लगाएर खाए जादूको काम गर्छ।

४. *अनिद्रामा*– जाइफल वा जाइपत्री पिसेर दूधमा उमाली चिसो भएपछि खाएर सुत्नू। जाइफल घोटेर आँजन लगाए पनि अनिद्रा रोग हराउँछ।

५. *सर्दी*– केटा–केटीलाई सर्दी लागे जाइफल घोटेर छातीमा लगाइदिए ठीक हुन्छ।

६. *पखालामा*– जाइफल एक महीना लगातार खाए जाति हुन्छ।

७. *हैजामा*– हात–खुट्टा बाउँडिए जाइफल पोलेर तोरीको तेल मिसाई मालिश गरे जाति हुन्छ।

आग्रह:– जाइफल र जाइपत्रीका नशा हटाउनुपरेमा श्रीखण्ड, नौनी र मिश्री घोटेर खाए मात लागेको हराउँछ।

१२१. आँप

१. *गण्डमाला*– आँप र त्यसको बोक्राको रसले डिफ्थेरिया र कण्ठमालामा लाभ गर्छ।

२. *दादमा*– आँपको चोप दादमा लगाए चाँडै नै समूल निको पार्दछ।

३. *हिक्कामा*– आँपको सुकेको पात चिलिममा राखेर तमाखु जस्तै पिए हिक्का थामिन्छ।

४. *रक्त–प्रदरमा*– आँपको कोयाको गुदी तीन ग्राम जति धूलो पारेर पानीसित पिउने गरे रक्तप्रदर जान्छ।

५. *भिरुङ्गीमा*– आधा तोला आँपको बोक्रा कुटेर एक पाउ पानीमा रातभरि भिजाई बिहान छानेर पिउनू। सात दिनसम्म यही क्रमले पिए भिरुङ्गी निको हुन्छ।

६. *अलकाईमा*– आँपको कोपिलाको रस पानीमा पिंधेर मिश्रीसित पचीस ग्राम खानाले रगत आउने अलकाईमा लाभ गर्दछ।

७. *घाँटीको रोगमा*– आँपको सुकेको पात तमाखु जस्तै पिए घाँटी–

भित्रका सबै रोग नष्ट हुन्छन्।

८. *कान दुखेमा*– आँपको पातको रस मनतातो पारी कानमा हाले कर्णशूलमा आराम गर्दछ।

९. *नेत्र–पीडामा*– आँपको फूल पिंधेर आँखामा पट्टी जस्तै बाँधे आँखा दुखेकोमा लाभ हुन्छ।

१०. *नाथ्री फुटेमा*– आँपको कोयाको गुदी पिंधी सुँघ्नाले नाथ्री फुटेको र रगत बगेको ठीक हुन्छ।

१२२. अमिली (इमिली)

१. *अजीर्णमा*– अमिलीको रूखको बोक्रा र पिंधेनून बराबर पारेर आगोमा सेतो खरानी बनाउनू। त्यही खरानी ३ ग्राम पानीसित खाए अजीर्ण र पेटको दर्द निको हुन्छ।

२. *दममा*– अमिलीको बोक्राको रस चार ग्राम महसित चाटे दममा लाभ गर्दछ।

३. *घाउ–फोडामा*– अमिलीको गेडा कुटेर एकछिन तताई घाउमा बाँधिदिए निको हुन्छ।

४. *नेत्र–रोगमा*– अमिलीको फूल टिपेर पोल्टिस जस्तै लगाउनाले आँखा रातो भएको र पीड़ा नष्ट हुन्छ।

५. *वीर्य–दुर्बलतामा*– अमिलीको गेड़ा रातभरि पानीमा भिजाई पिंधेर मिश्री मिलाई पाँच–सात ग्रामको गोली बिहान र बेलुका दूध सित खाए नपुंसकता हराउँछ।

६. *बिफरमा*– दुई मासा अमिलीको पात र एक मासा हलेदो पिंधेर पिए उपद्रव–सहित बिफरमा लाभ गर्दछ।

७. *शरीरको दाहमा*– दस ग्राम पाकेको अमिली भिजाएको पानीमा मिश्री मिसाई पिए शरीरको दाह शान्त हुन्छ।

८. *अलकाईमा*– अमिलीको फूलको रस अलकाईमा लगाए रगत

थामिन्छ र केही दिनमा आराम हुन्छ।

९. *मर्केकोमा*– अमिलीको पात पानीमा पकाई पुल्टिस बाँधे सूजन र मर्केको आराम हुन्छ।

१०. *हृदय रोगमा*– तीन ग्राम पाकेको अमिलीको रसमा मिश्री मिलाएर पिए छाती पोल्ने रोगमा लाभ हुन्छ।

१२३. खुर्सानी

१. *हैजामा*– खुर्सानीको बिउ झिकेर बोक्रा मात्र मसिनो पिंधी मह मिलाएर दुइ–दुइ रत्तीको गोली बनाउनू। हैजामा दुइ गोली पानीसित खान दिए एकै छिनमा रोगीको पसीना बन्द भएर शरीरमा गर्मी बढ्न थाल्दछ र जरो आउँछ। अनि रोगीलाई आराम हुन्छ।

२. *पेट दुखेमा*– खुर्सानीको बोक्रा मात्र पिंधेर दुइ ग्राम जति शक्कर–भित्र हालेर पानीले निल्नु त पेट दुखेको निको हुन्छ।

३. *घाउमा*– खुर्सानी बिउमा डढाएर घाउ–खटिरामा लगाए आराम गर्छ।

४. *कब्जमा*– चवन्नी भरि खुर्सानी, आधा तोला सुठो, आधा तोला शक्कर मिसाएर पिध्नू र दस दिनसम्म दिनहुँ खानाले कब्जियत निको भई पाचन–शक्ति बढ्दछ।

५. *कुकुरले टोकेमा*– जुन ठाउँमा टोकेको छ त्यस स्थानमा पहाडतिर सिस्नोको जरा कुटेर लगाउने चलन छ। तर तीन–चारवटा खुर्सानी तोरीको तेलमा पिंधेर चार दिन लगातार लगाए घाउ निको हुन्छ। कुकुरले टोकेको घाउमा खुर्सानी लगाउन डराउँछन्, तर तेलमा फेटेर लगाए पोल्दैन र लाभ गर्दछ।

६. *पखालामा*– खुर्सानी, हिङ र कपूर बराबर मिलाएर मटरको दाना जस्तै गोली बनाई तीन गोलीको मात्रा गरेर तीनपल्ट खानाले पेट काटेर पखाला लाग्ने रोग ठीक हुन्छ।

७. *सर्पले टोकेमा*– खुर्सानीलाई सुर्मा झैं गरेर लगाउनू। विषको प्रभाव

भएसम्म खुर्सानीले आँखा पोल्दैन। विष गइसकेपछि आँखा पोल्दछ। आँखा पोल्न लागेपछि विष गएछ भन्ने ज्ञात हुन्छ।

८. *बिच्छीले टोकेमा*– खुर्सानी मसिनो पिंधेर मह मिसाई टोकेको स्थानमा लगाइदिए विष ओर्लन्छ।

९. *शूलमा*– पचास ग्राम गाईको घिउ तताएर त्यसमा एउटा खुर्सानी डढाउनू, त्यसलाई झिकी अर्को डढाउनू। यसै क्रमले सातवटा खुर्सानी डढाएपछि घिउ मनतातो गरी पिए शूल तत्काल थामिन्छ।

१०. *जरोमा*– जरो आउने–भन्दा एक घण्टा अघि खुर्सानी पिंधेर हातका दसै नङमा लेप गरिदिनू, जरो आउन्न।

१२४. अदुवा

१. *कमलपित्तमा*– अदुवा, त्रिफला (हर्रो, बर्रो, अमला) र शक्कर बराबर मिलाएर राख्नू। यसको ५ ग्रामको मात्रा बनाई पानीसित पिउनाले कमल–पित्तमा आराम मिल्दछ।

२. *जुकामा*– तीन ग्राम अदुवाको स–साना टुक्रा पारेर रोगीलाई निल्न दिनु। तीन–चार दिनमा जुका मर्छन्।

३. *मन्दाग्निमा*– एक तोला अदुवाको रसमा एक तोला कागतीको रस मिलाएर पिउनाले मन्दाग्नि ठीक हुन्छ।

४. *कान दुखेमा*– अदुवाको रस मनतातो पारी कानमा हालिदिए कान चर्केको र दुखेको ठीक हुन्छ।

५. *हैजामा*– दस ग्राम अदुवाको रस र दस ग्राम आँकको जरा खल गर्नू र मरीच जत्रो गोली बनाई दुई–दुई गोलीको मात्रा मनतातो पानीसित दिनू त हैजामा आराम हुन्छ।

६. *वमनमा*– एकतोला अदुवाको रस र प्याजको रस मिलाएर पिए वमन थामिन्छ र बह लाग्ने ठीक हुन्छ।

७. *खोकी र दममा*– पाँच ग्राम अदुवाको रसमा मह मिलाएर चाटे

खोकी, दम र रुघामा लाभ हुन्छ।

८. *दाँत दुखेमा*– अदुवाको टुक्रा तातो पारेर दाँतमा च्यापिराखे दाँतको पीडा शान्त हुन्छ।

९. *घाउ–फोडामा*– अदुवा कुटेर घाउ निस्कन लागेको स्थानमा बाँधिदिए बढ्दैन, आराम हुन्छ।

१०. *सुनिएमा*– अदुवाको बीस ग्राम रसमा पुरानो शक्कर दस ग्राम मिलाएर चटाउनाले सारा देहको सूजन ठीक हुन्छ। यसको पथ्य बाख्रीको दूध हो।

१२५. मह

१. *कान पाकेमा*– महुआको वृक्षमा लगाएको मौरीको मह कानमा दुइ थोपा हालिदिए निको हुन्छ।

२. *पोलेमा*– फोका उठेको वा नउठेको भए पनि मह परेवाको प्वाँखले लगाउनू। यो उत्तम औषधि हो।

३. *कुचिलाको विषमा*– घिउ र मह मिलाएर खान दिए विषको प्रभाव हराउँछ।

४. *बिच्छीले टोकेमा*– टोकेको स्थानमा मह लगाइदिए विष बढ्दैन।

५. *अमलपित्तमा*– मह खाने गरे चाँडै नै आराम हुन्छ।

६. *पेट पोलेमा*– मह ठण्डा पानीमा मिलाएर पिउनू, तत्काल लाभ हुन्छ।

७. *तिर्खा, प्यासमा*– यसमा मह र चिसो पानीको शर्बत बनाएर पिए लाभ गर्छ।

८. *जरोमा*– मह अरू औषधिमा मिलाएर अनुपानको रूपमा दिनाले लाभ गर्छ।

९. *काटेमा*– काटेको ठाउँमा जोर्न र पीडा हरण गर्न मह प्रयोग गरे लाभ हुन्छ।

१०. *चोटमा*– घाउ लागेको स्थानमा मह र बेसार पिउमा मिलाएर लगाए दुख्न र घाउ छिटै निको हुन्छ।

११. *वीर्यवृद्धिमा*– मह र घिउ खानाले वीर्य बढ्छ, तर बराबर मात्रामा खान हुँदैन। घिउ र मह समान भए विष हुन्छ।

१२. *मधुमेहमा*– मह यसको उत्तम औषधि हो। रोगीले त्रिफला र मह मिलाएर दिनमा दुइ–तीनपल्ट खाने र पथ्यमा केवल जौ को सातू वा रोटी मात्र एक–दुइ महीना खाने गरे रोग निर्मूल हुन्छ। यस रोगमा बुहारीझार (लाजवन्ती) को डुकु बिहान खाली पेटमा खाए पनि उत्तम हो। यस रोगमा गहुँ, चामल खान वर्जित छ। गुलियोमा मह, अन्नमा जौ र औषधिमा त्रिफला एवं लाजवन्तीको प्रयोगले रोग–मुक्त हुन सकिन्छ। यसमा बर्ता तिर्खा लाग्दछ, तर पानी बढी पिउन हुँदैन, रोग बढ्ने डर रहन्छ।

१३. *स्वप्नदोषमा*– स्वप्नदोष हुने पुरुष र श्वेत–प्रदर भएका स्त्री जातिले दिनहुँ बिहान एक कोसा पाकेको केरा र एक ठूलो चम्चा मह सेवन गरे रोगमुक्त हुन सक्दछन्।

१४. *वमनमा*– केटा–केटीको छाद्ने रोगमा जंगी हर्रो र मह दिनाले लाभ हुन्छ।

१५. *ल्हरे वा कुकुरखोकीमा*– केराको पात पोलेको खरानी १ ग्राम महमा मिलाएर दिए लाभ गर्छ।

१६. *मुखको खटिरामा*– पानीमा मह मिलाएर कुल्ला गरे मुखको घाउ खटिरामा लाभ गर्छ। जिब्रो फुटेको र स्वाद हराएकोमा तोरीको तेल र मह लेप गरे विशेष लाभ हुन्छ।

सूचना:– यी माथि कहिएदेखि बाहेक पनि महका अनेक गुणहरू छन् तापनि केही सावधानी राख्नु आवश्यक छ; जस्तै–

(क) मह र घिउ बराबर पारेर खाए विष हुन्छ। यसले मृत्यु हुन पनि सक्दछ।

(ख) महसित मूला र कटहर खानु हानिकारक हुन्छ।

(ग) तातो पानी, दूध, चीया तातोमा मह हालेर खानाले रोग उत्पन्न गर्न सक्दछ।

(घ) माछा–मासु र मकैसित मह खाए हानि हुन सक्दछ।

(ङ) चर्को घाममा हिंडेर पसीना आएको बेला औषधि खाएर पछि मह खानु हुँदैन।

(च) महलाई आगोमा तताउनु हुँदैन र ततायो भने त्यो मह नखानू।

(छ) शरीरमा गर्मी बढाउने कुनै पदार्थसित पनि मह सेवन नगर्नू।

शुद्ध मह कागजमा बोकेर लैजान सकिन्छ। मह असली–नकली जान्नको लागि एक टुक्रा अखबारी कागज महमा डुबाएर पानीमा हाल्नु त कागज भिजे मह नकली हो।

१२६. मरीच

१. *आँखाको तेजमा–* गाईको असल घिउमा एघार दाना मरीच खराउनू, रातो भएपछि झिकेर गोली पारी बेसरी चपाएर खाई घिउ पिउनू। यो क्रम केही दिन चलाए आँखाको तेज (ज्योति) बढ्दछ।

२. *ग्रीष्म–ज्वरमा–* मरीच र तुलसीको पात बराबर राखेर बेसरी पिंध्नू र मरीचको दाना जत्रै गोली बनाएर चार–चार गोली दिनको तीनपल्ट खाए ग्रीष्म–ज्वर हराउँछ।

३. *आँखा दुखेमा–* घिउ दस ग्राम, देशी चीनी पन्ध्र ग्राम, मरीच एघार दाना पिसेर चाट्ने गरे आँखा दुख्ने निको हुन्छ।

४. *रुघा खोकीमा*– दुइ ग्राम मरीच र एक ग्राम बिरेनून धूलो पारेर बिहान–बेलुका खानाले रुघा–खोकी निको हुन्छ।

५. *रक्त–प्रदर, श्वेत–प्रदरमा*– पीपलको बोक्राको खरानी ५ ग्राम, मिश्री दस ग्राम र मरीच तीन दाना बासी पानीसित खाए केही दिनमा रक्त–प्रदर र श्वेत–प्रदर ठीक हुन्छ।

६. *बर्ता निद्रामा*– मरीच चबाउनु वा मरीचको धूलो सुर्मा लगाए जस्तै आँखामा लगाए निद्रा हराउँछ।

७. *बालकको मूर्च्छामा*– पाँच ग्राम मरीच महसित चटाउने गरे बालकको मूर्च्छा निको हुन्छ।

८. *पक्षाघात*– लकवामा मरीचका चूर्ण बनाएर मिश्रीसित खाए पक्षाघातमा लाभ हुन्छ।

९. *कामजरोमा*– तीन ग्राम मरीच २० ग्राम घिउमा पिंधेर मालिश गरे जाडो भएर आउने कामजरो ठीक हुन्छ।

१०. *अतिसारमा* – एक ग्राम मरीच, आधा ग्राम हीङ र चौथाई ग्राम अफीम पिंधेर जीरा–पानीसित दिए अतिसारमा आराम हुन्छ।

१२७. हीङ

१. *अजीर्णमा*– चनाको दाना जति फुराएर हीङ तातो पानीसित निले अजीर्ण ठीक हुन्छ।

२. *मूर्च्छामा*– घिउ, हीङ र सीधेनून एकेक तोला र गाईको मूत्र बाह्र तोला मिलाएर पकाई घिउ मात्र रहेपछि प्रकृति अनुसार खुराक बनाएर सेवन गरे लाभ हुन्छ।

३. *बाउलीमा*– कालो दालको पीठो र हीङ धूवाँ नभएको झरिलो आगोमा डढाएर त्यसको धूवाँ सासले तान्नू त तत्काल आराम हुन्छ।

४. *पेट दुखेमा*– हीङ त्यसै पानीले निले पनि आराम गर्दछ।

सकेदेखि घोड़ाको लिदीको रस पाँच ग्राम निकालेर त्यसमा एक ग्राम हीङ मिलाई सेवन गरे जस्तै पेट दुखेको पनि निको हुन्छ।

५. *चारदिने ज्वरमा*— जाडो भएर आउने चारदिने ज्वरमा पुरानो घिउमा हीङ १ ग्राम दिए लाभ हुन्छ। घिउ जति पुरानो भयो उति बर्ता उपयोगी मानिन्छ।

६. *हैजामा*— हीङ दुइ ग्राम, घिउ दस ग्राम, कपूर एक ग्राम र आँपको कोयाको गुदी तीन ग्राम पुदीनाको रसमा पकाएर मटरको दाना बराबर गोली बनाई छायामा सुकाई राख्नू। हैजा लागेमा एक गोली पानीसित दिए लाभ हुन्छ। आधा तोला हीङ र आधा तोला खुर्सानी र एक तोला खयर मिलाई पुदीनाको रसमा पकाउनू र ए–साना गोली बनाई हैजामा एकेक घण्टाको अन्तर पारेर खान दिए निको हुन्छ।

७. *दाँत दुखेमा*— दाँतमा कीरा लागेर दुखेको भए हीङ तताएर सहँदो तातो दाँतमा चुहाएर राल काढ्नुपर्दछ अनि लाभ हुन्छ।

८. *आधा कपाल दुखेमा*— हीङ पानीमा घोटेर नाकमा चुहाउनू, पानी भित्रसम्म पुगोस् भन्ने ध्यान रहोस्। कपाल दुखेको आराम गर्छ।

९. *घाउको कीरामा*— हीङ र नीमको पात पिंधेर लगाए घाउका कीरा मर्दछन् र घाउ सुक्दछ।

१०. *सुत्केरीको शूलमा*— हीङ गाईको घिउमा फुराएर खान दिए सुत्केरीको पेट दुखेको र शूल भएकोमा तुरुन्त लाभ गर्दछ।

१२८. बेसार (हर्दी)

१. *सौन्दर्य–वृद्धिमा*— बेसार पिंधेर शरीरमा लगाई केही बेर पर्खेर स्नान गरे सौन्दर्य बढ्दछ।

२. *घाउ–खटिरामा*– चिलाउने घाउ–खटिरामा बेसार पिसेर दलिदिए निको हुन्छ।

३. *पिलो पकाउनमा*– एक चमचा बेसार, एक मुठी बाँसको पात, नून, तेल, पिठो एकेक चमचा मिलाएर पकाई पुल्टिस बाँधे पिलो पाक्दछ वा थाक्दछ। चोटले भाँचिएमा पनि बाँधिदिए छिटै नै जोरिन्छ।

४. *चोटमा*– कुनै पनि कारणले चोट लागे बेसार पिधेर लगाए लाभ गर्छ।

५. *आँखा दुखेमा*– बेसार मसिनो पारेर आगोमा तताई आँखामा सुर्मा झैं लगाए आराम हुन्छ।

६. *पेटको कष्टमा*– बेसार वायुनाशक, पाचक हो। एक ग्राम बेसार त त्यति नै मरीच, दुवैलाई छोटी अलैंची मिलाएर एक खुराक बनाई सेवन गरे निको हुन्छ।

७. बेसारका अनेक गुण छन्। यसलाई सर्वौषधि पनि भन्दछन्। तिहुन–तरकारीमा हर्दी हाल्ने चलन त्यसको गुण देखेर नै चलेको हुनुपर्दछ।

१२९. दालचीनी

१. *अरुचिमा*– खान नरुच्ने रोगमा दालचीनी, छोटी अलैंची र सुठो मिलाई चूर्ण बनाउनू। तीन ग्रामको मात्रा बनाई तातो पानीसित खाए भोक बढ्दछ, अरुचिमा लाभ हुन्छ।

२. *जिब्रो शून्य भएमा*– दालचीनी, छोटी अलैंची र तेजपात कुटेर पानीसित खाए जिभ्रोको रोग निको हुन्छ र कुल्ला गर्नाले जिब्रो लाटिएको हराउँछ।

३. *वमनमा*– दालचीनी र ल्वाङको काढा बनाएर महसित खाए वा

पिए पनि वमन थामिन्छ।

१३०. मेथी

१. *वात रोगमा*– मेथी पानीमा उसिनेर नून र मरीचसित खाए वातरोग ठीक हुन्छ।

२. *आउँमा*– मेथीको धूलो बनाएर दहीमा मिसाई खानाले आउँ परेकोमा लाभ गर्छ।

३. *काम शक्तिमा*– चालीस दिनसम्म मेथीको बर्फी बनाएर एक पाउ गाईको दूधसित खाए काम–शक्ति बढ्दछ। मेथीको बर्फी बनाउँदा चीनी वा मिश्रीको चासनी बनाएर मेथी त्यसैमा मिलाउनुपर्दछ।

४. *बबासीरमा*– मेथीको काढा बनाएर पिउनू वा दूधमा पकाएर खाए आराम हुन्छ।

५. *कम्मर दुखेमा*– मेथीको लड्डू एक महीना खानू र मेथीको तेलले दुखेको स्थानमा मालिश गरे लाभ हुन्छ।

६. *बहुमूत्रमा*– मेथीको पातको रस दुई सय ग्रामको हिसाबले खाने गरे घरि–घरि पिशाब लाग्ने बहुमूत्र रोगमा लाभ हुन्छ।

७. *घाउ–खटिरामा*– मेथी पिधेर, लेप गर्नाले घाउ–खटिरा निचोरिन्छ र निको हुन्छ।

८. *सुत्केरीमा*– खानासित मेथी मिलाएर खानाले गर्भाशय शुद्ध पार्छ र भोक बढ्दछ।

९. *मासीमा*– मेथीको पात घिउमा भुटेर खाए रगतमासी परेकोमा लाभ गर्दछ।

१०. *चोटमा*– मेथीको पात तातो पारेर पुल्टिस बाँधिदिए आराम मिल्दछ।

१३१. पुदीना

१. *जरोमा*– साधारण ज्वर र शीत ज्वरमा पनि पुदीनाको रस दस

ग्राम र अदुवाको रस दस ग्राम मिलाई खान दिए जरोमा लाभ गर्दछ।

२. *बाथ र कृमिमा–* पुदीनाको रस एक तोलादेखि दुइ तोलासम्म खान दिए बाथ र कृमिमा लाभ गर्दछ।

३. *रुघा–खोकीमा–* पुदीनाको रस दुइ थोपा नाकमा चुहाइदिए रुघा पाकेर चाँडै निको हुन्छ।

४. *बिच्छीले टोकेमा–* पुदीनाको रस पाँच ग्राम र अदुवाको रस पाँच ग्राम, बिरेनून एकन्नी भरि मिलाएर खान दिनू। (बिरेनून नभए सिंधेनून भए पनि हुन्छ।) बिच्छीको विष लाग्दैन।

५. *हैजामा–* पुदीनाको रस एक तोला, प्याज वा कागतीको रस आधा तोला मिसाएर खान दिए तत्काल लाभ हुन्छ। यो अनुभव सिद्ध औषधि हो।

६. *कान दुखेमा–* पुदीनाको रस महमा मिलाएर कानमा एक दुइ थोपा चुहाइदिनू, कान दुखेको आराम हुन्छ।

७. *हिक्कामा–* पुदीना र चीनी मिलाएर खान दिए तत्काल थामिन्छ।

८. *मन्दाग्निमा–* पुदीनाको रस सय ग्राम, अदुवाको रस तीस ग्राम, कागतीको रस २०० सौ ग्राम र मिश्री एक किलो मिलाएर चासनी बनाउनू। दिनको तीनपल्ट दस–दस ग्रामको दरले खाने गरे पाचन–शक्ति खुल्दछ र भोक लाग्दछ।

पुदीनाको अर्क बनाउने विधि– पुदीनाको ताजा पात साठी ग्राम 'रेक्टीफाइड स्प्रीट' २० तोलामा मिलाएर शीशीको मुख बन्द गरिदिनू। एक सप्ताहमा स्प्रीट हरियो हुन्छ। यही नै पुदीनाको अर्क हो। यसको मात्रा पाँच थोपादेखि दस थोपासम्म दिन सकिन्छ। यसले शरीर पीडा, दिशा–वमन, हैजामा काम गर्दछ। 'रेक्टी फाइड स्प्रीट' नपाए २०० ग्राम सुकेको पुदीना चार किलो पानीमा बेलुका भिजाइराख्नू। बिहान रक्सी पारे–झैं अर्क निकाल्नू। यही पुदीनाको अर्क हुन्छ।

१३२. नौसादर

१. *दाँत दुखेमा*– नौसादरको जौ बराबर गोली बनाएर कीराले खाएको खाल्डोमा भरिदिनाले तुरुन्त आराम हुन्छ।

२. *पाण्डु रोगमा*– यसमा शरीरको छाला टाटे–प्रांग्रे हुँदै जान्छ। यसमा नौसादर महमा मिलाएर सेतो भएको अंगमा लगाउनाले लाभ हुन्छ।

३. *कपाल दुखेमा*– नौसादर र चून मिलाएर यौटा शीशीमा बिर्को लगाएर हल्लाउनू। त्यो सुँघ्नाले कपाल दुखेको आराम हुन्छ। बौलाहा र मूर्च्छाको बिरामी हुनेलाई पनि यसले लाभ गर्दछ।

१३३. शिलाजीत

१. *दुर्बलतामा*– एक पाउ गाईको घिउसित शुद्ध शिलाजीत खाए दुर्बलता हराउँछ।

२. *धातु क्षीणतामा*– एक पाउ दूधमा मिश्री र शिलाजीत खाए आराम हुन्छ।

३. *घाउमा*– शिलाजीत पानीमा घोटेर घाउमा लगाए निको हुन्छ।

४. *छारे रोग (मृगी) मा*– जेठीमधु पाँच ग्राम गाईको दूधमा शिलाजीत मिलाएर खाए अवश्य निको हुन्छ।

५. *खोकीमा*– चूना–खयर नलगाएको पानसँग शिलाजीत खाए खोकी आराम हुन्छ।

६. *बवासीरमा*– पुदीनाको अर्क वा हरियो धनियाँसित शिलाजीत खाए बवासीरमा लाभ हुन्छ।

७. *भिरुङ्गीमा*– दस ग्राम मूलाको रसमा शिलाजीत मिलाएर दिए आराम हुन्छ।

८. *कुष्टमा*– त्रिफला (हर्रो, बर्रो, अमला) को धूलो दस ग्राम र

दूधसित शिलाजीत दिने गरे केही दिनमा निको हुन्छ।

९. *जण्डिस (पीलिया) मा*– एक ग्राम लोहा–भस्मसित शिलाजीत दिए आराम हुन्छ।

१०. मूत्रकृच्छ्रमा– दस ग्राम दशमूलको क्वाथसित शिलाजीत दिए लाभ गर्छ।

१३४. बुहारी झार (लाजवन्ती)

१. *घाउमा*– यसको पात दूधसित खाने गरे लाभ हुन्छ। प्रतिदिनको प्रयोगमा पहिलो सप्ताहमा पित्त–विकार, सबै प्रकारको ज्वर निको हुन्छ। दोस्रो सप्ताहमा बबासीर, हर्सा, कमल (जण्डिस) र तेस्रो सप्ताहमा चर्मरोग, उपदंश (भिरुङ्गी) आदि अनेक रोगमा आशातीत लाभ हुन्छ।

२. *स्तन बर्ता गीलो भएमा*– लाजवन्ती र अश्वगन्धा पिंधेर लगाउने गरे लाभ हुन्छ।

३. *मूत्रावरोधमा*– यसको पातको क्वाथ पिउनाले मूत्र–पथरी स्वयं टुक्रा–टुक्रा भएर निस्कन्छ र निरोग पार्दछ।

४. *लहरे खोकीमा*– लाजवन्तीको जरा एकेक ग्राम महमा मिलाएर पिउने गरे लहरे खोकी एक सातामा आराम हुन्छ।

५. *शीघ्र–पतनमा*– लाजवन्तीको बीज दुइ मासा र आधा तोला मिश्री बिहान बेलुका दुवै छाक पन्ध्रदिन खाए अवश्य लाभ हुन्छ।

६. *योनि–भ्रंशमा*– लाजवन्तीको जरा वा पातको रस लगाउनु र लङ्गोटी बाँध्नु। केही दिनमा निको हुन्छ। धेरै पुरानो रोग भए निकै दिन सेवन गरेमात्र निको हुन्छ।

७. *रक्तातिसारमा*– लाजवन्तीको जरा तीन ग्राम पिंधेर दहीसित चालीस दिन सेवन गरे रक्तातिसार, भिरुङ्गी, माईको रोग र

धातुक्षीणतामा लाभ गर्दछ। घाँटीमा घेघ (गाँड़) निस्केको पनि यसले ठीक हुन्छ। केही दिनसम्म लगातार सेवन गर्नुपर्दछ।

१३५. अपामार्ग (चिचिडा)

१. *जलोदरमा—* अदुवाको रस मिलाएर अपामार्गको काढा पिए जलोदर जस्तो भयंकर रोग पनि चाँडै नै निको हुन्छ।

२. *उपदंशमा—* घाममा बसेर ताजा अपामार्गको रस अलिकति अफीम मिलाई गाढ़ा गरेर लगायो भने धेरै पुरानो त होइन नयाँ घाउ भए अवश्य आराम हुन्छ।

३. *अतिसारमा—* तीन ग्राम अपामार्गको रसमा वा काढा पकाएर मह मिलाई खानाले आउँ र अतिसार नयाँ–पुरानो भए पनि निको हुन्छ।

४. *खोकीमा—* दुइ ग्राम अपामार्गको पातको क्षार (नून) मा मह मिलाई चाटे खोकीमा लाभ गर्छ।

५. *अलकाईमा—* अपामार्गको बीज तीन ग्राम पिंधेर चौलानीसित दुवै छाक खाने गरे अलकाईबाट रगत आउने बन्द हुन्छ र आराम मिल्दछ।

६. *विषमा—* बिच्छी, मूसा, बौलाहा कुकुर, सर्प जेले टोकेको भए पनि ६ ग्राम अपामार्गको धूलो महसित चाटे विष लाग्दैन, पात पिंधेर टोकेको घाउमा लगाइदिनू।

७. *रति–शक्तिको दुर्बलतामा—* छः ग्राम अपामार्गको जराको चूर्णमा एक ग्राम बंग–भस्म र मह मिलाएर खानाले सात दिनमै कामोत्तेजना बढ्दछ।

८. कण्ठमालामा— दुइ ग्राम अपमार्गको जराको भस्म (खरानी) मा

तातो पानी मिलाई खानाले र कण्ठमालामा लगाउनाले यो रोग समूल नष्ट हुन्छ।

९. *रक्त–प्रदरमा–* अपामार्गको पञ्चांग (फल–फूल, जरा, बोक्रा र पात) दुइ तोला र भेडाको रौं पोलेको खरानी दुइ ग्राम र गेरु मिलाई चूर्ण पारेर दिनमा ६ ग्राम चूर्ण गाईको काँचो दूधसित पिए रक्त–प्रदर निको हुन्छ।

१०. *शूलमा–* पाँच ग्राम अपामार्गको पातको रस पिए उदर–शूल र आन्द्राको विकार समेत चाँडै निको हुन्छ।

१३६. दूर्वा (दूबो)

१. *वमनमा–* आधा तोला दूबोको रस चामलको चौलानीमा चार दाना मरीच मिसाएर दिए पित्तको वमनमा लाभ हुन्छ।

२. *बाडुली (हिक्का) मा–* बाडुली बर्ता लाग्ने रोगमा दूबोको जरा एक तोला महमा मिलाएर सेवन गरे आराम हुन्छ।

३. *रक्त–प्रदरमा–* मासिक स्राव बर्ता हुने रोगमा दूबोको रसमा चन्दनको तेल वा श्रीखण्ड चन्दन मिलाई मिश्रीसित सेवन गरे सात दिनमा आराम हुन्छ। मासिकको पाँचौं दिनदेखि सेवन गर्नू।

४. *चर्मरोगमा–* दूबोको रसमा तीन ग्राम तोरीको तेल मिलाएर पकाई रस डढेर तेल मात्र रहेपछि त्यसैले मालिश गर्नू। यो तेल नाकमा भित्रसम्म पुग्ने गरी दुइ–दुइ थोपा नाकमा हाल्ने गरे नाकबाट रगत वा पानी बग्ने पनि निको हुन्छ।

५. *मूत्राघातमा–* पिशाब पोल्ने वा रक्तमेहमा दूबोको जरा कुटेर आठ तोला पानीमा पकाउनू। चार भागको एक भाग रहेपछि चिसो पारेर मह वा मिश्री मिलाएर पिए निको हुन्छ। साधारण मूत्रकृच्छ्रमा दूबोको रस आधा तोला दहीमा मिलाई पिए पिशाबमा रगत आउने

बन्द हुन्छ।

६. *बलबर्धनमा*— एक तोला दूबोको रस र दस दाना कागजी बदामको बोक्रा धूलो पारेर दस दाना मरीचसित पिंधी मह वा मिश्री मिलाई शर्बत बनाएर पिए शरीर पुष्ट र बलवान् हुन्छ। दिनको तीन—चार गिलास पिए रति—शक्ति पनि बढ्दछ।

७. *पेटमा पानी जम्मा हुनेमा*— दूबोको रसमा मरीच मिसाएर शर्बत झैं पिए पेटमा जम्मा भएको पानी पिशाबद्वारा निस्कन्छ र जलोदर रोग पनि निको हुन्छ।

८. *शुक्रमेहमा*— दूबो, कुश र काँसको जरा, मजीठ, सीमलको जरा बराबर खस्रो गरी कुटेर ३ तोला जति आधा किलो पानीमा पकाई चार भागमा एक भाग रहेपछि छानेर चिसो पारी खानू। यो एक छाक भयो। यसरी ताजा बनाएर बिहान—बेलुका एक साता खायो भने शुक्र—सम्बन्धी सबै बिमारी निको हुन्छ।

१३७. नून

१. *कान दुखेमा*— दस ग्राम पानीमा चालीस ग्राम सिंधेनून घोली आधा पाउ तिलको तेलमा पकाउनू। तेल मात्र रहेपछि छानेर शीशीमा राख्नू। कान दुखेको बेलामा दुई—तीन थोपा कानमा चुहाइदिए आराम हुन्छ। केही दिन सेवन गरे कान पाकेको पनि ठीक हुन्छ।

२. *दाँत दुखेमा*— आगोमा पोलेको सिंधेनून मसिनो पिधेर राख्नू। त्यही नूनले दाँत माझे दुखेको र कीरा लागेको समेत आराम हुन्छ। यसले दाँत सफा र बलियो पनि पार्दछ।

३. *पेट दुखेमा*— टिम्मुर, बिरेनून, सिंधेनून र ज्वानो समान मिसाई त्यसमा घिउकुमारीको गुदी मिलाएर डल्लो पारेर आगोमा पोल्नू।

पाकेपछि झिकेर आधा तोलाको गोली बनाई दिनमा तीनपल्ट एकेक गोली खाए गानो गएको र पेट दुखेको पनि आराम हुन्छ।

४. *कपाल दुखेमा*– एक ग्राम सिंधेनूनको धूलो जिभ्रोमा राखेर पानीले निल्नू र नूनको मसिनो धूलोको नस लिए पनि आराम हुन्छ।

५. *मृगीमा*– छोपेको देख्नासाथ अलिकति नून रोगीको मुठीमा राखिदिनू, तुरुन्त चेतना फर्कन्छ।

६. *थकाईमा*– तातो पानीमा नून मिलाई खुट्टा बेसरी धोयो भने बाटो हिंडेको थकाई हराउँछ।

७. *श्वेत कुष्टमा*– पाण्डुरोग वा सेता दागको आरम्भमै सिंधेनूनको ढिको नीमको पातको झोलमा वा पानीमै घोटेर दिनको तीन–चार पटक लगाए थामिन्छ, अरू बढ्दैन र सेतो भाग पनि निको हुन्छ।

८. *जुकामा*– सिंधेनून मसिनो पिंधेर प्रातः गाईको दूधसित वा महीसित खाए केही दिनमै जुका वा चुर्ना मर्दछन्।

९. *विषमा*– धतूरो, कुचिला, अफीम आदि खाएको र मनैं आँट्यो भने अलि बर्ता नून हालेको पानी पिउन दिनू, वमन हुन्छ र विषको प्रभाव नष्ट हुन्छ।

१०. *खोकीमा*– नयाँ पुरानो जस्तोसुकै खोकी भए पनि नूनको डल्लो तताएर झ्वाइँपानी बनाई अलि–अलि दिनमा पाँच–सात पटक दिए निको हुन्छ।

१३८. कमल

१. *नेत्ररोगमा*– कमल–नाल (डाँठ) को चोप नेत्रमा आँजन वा सुर्मा झैं केही दिनसम्म दुवै छाक लगाए नेत्र–सम्बन्धी अनेक रोगमा लाभ गर्दछ।

२. *जरोमा*– अनारको बोक्रा र कमलको केशर पिंधेर तातो पानीसित

केही दिनसम्म दिनको एक तोला खाने गरे–नयाँ–पुरानो जरो र दिशा लागेको पनि निको हुन्छ।

३. *प्रमेहमा*– कमलगट्टाको गुदी आधा तोला र एक तोला त्रिफला पकाएको काढासित दिनाले नयाँ–पुरानो प्रमेह अथवा धातु–सम्बन्धी कुनै पनि रोगमा लाभ हुन्छ।

४. *स्तन झोलिएमा*– कमलगट्टाको गुदी एक तोला मह वा गाईको दूधसित लगातार एक महीना जति सेवन गरे स्त्रीका स्तन कठोर र उन्नत हुन्छन्। वृद्धावस्थाले झोलिएको भए पनि लाभ हुन्छ।

५. *हैजामा*– कमलगट्टाको गुदी–भित्रको हरिया वस्तु गुलाबजलमा घोटेर एक ग्राम जति पिलाए अन्तिम अवस्थामा पुगिसकेका रोगीलाई पनि जीवन दिन्छ।

६. *दादमा* – कमलको डाठ घोटी सुहागा र सुठो मिसाई दादमा लगाए धेरै दिनको पुरानो दाद पनि निको हुन्छ।

७. *कुष्टमा*– कमलको जरा पिंधेर घाउमा लगाउने र दुइ ग्राम कमलगट्टाको गुदी मिश्रीसित खाने गरे केही दिनमा नै लाभ भएको देखिनेछ।

८. *सर्प र बिच्छीको विषमा*– तीन तोला कमलको जरा र २ तोला फूल मिश्रीसित पिंधेर शर्बत जस्तो बनाई रोगीलाई दिए लाभ हुन्छ। होश हराइसकेको भए पनि यसले चेतना फर्कन्छ।

९. *पिशाब पोलेमा*– एक तोला कमलको डाँठ वा जरा एक ग्राम जवाखार मिलाएर पिए बन्द पेशाब खुल्दछ।

१०. *गर्भस्रावमा*– कमलको डाँठ पाँच ग्राम र नागकेशर १ ग्राम पिसेर एक पाउ गाईको दूधसित पिए तीन महीनामा गर्भस्राव हुने रोग निको हुन्छ। स्त्रीरोगहरू पनि निको पार्दछ।

१३९. काफल

१. *कर्णशूलमा*– काफलको बोक्राको काढा तिलको तेलमा पकाई तेल मात्र रहेपछि चिसो पारेर दुइ तीन थोपा तेल कानमा चुहाए कर्ण–शूल र पीप बग्ने तथा बहिरो हुन खोजेको पनि निको हुन्छ।

२. *अतिसारमा*– तीन ग्राम काफलको बोक्रा र तीन ग्राम काँचो बेल(बेलगिरी)को काढा पकाई एक–दुई ग्राम तीन–चार पटक पिए अतिसारमा आराम हुन्छ।

३. *मासिक धर्ममा*– केशर, कालो तिल र पुरानो गुड़ अथवा शक्कर र काफलको बोक्रा मिलाई काढा पकाएर पिलाए मासिकधर्म–सम्बन्धी कष्ट आराम हुन्छ। यो औषधि खानासाथ केही खानेकुरा खान दिनू।

४. *नेत्र–रोगमा*– काफलको बोक्रो मसिनु पिधेर आँखा रातो भएमा र आँखा बिझाएमा अंजन जस्तै लगाइदिए लाभ हुन्छ।

५. *घाउ–चोटमा*– बिग्रेको र चाँडै निको नहुने घाउमा काफलको बोक्राको धूलो छरिदिए र त्यसैको काढा पकाएर प्रतिदिन धोइदियो भने निको हुन्छ।

६. *नपुंसकतामा*– काफलको बोक्राको धूलो भैंसीको दूधमा पिधेर सुत्ने बेलामा मणिको भाग छाडेर लिङ्गमा लगाई सुत्नू। बिहान उठेर धुनू। यस क्रियाले केही दिनमै यौवन फर्केर आएझैं हुन्छ। हस्तमैथुन गरेर आएको नपुंसकतामा पनि यसले लाभ हुन्छ। अति संभोगले नै यस रोगको जन्म हुन्छ।

७. *मस्तक पीडामा*– काफलको बोक्रा धूलो पारेर त्यसको नस लिनू। यसले छिउँ आएर शिरको पीडा निको पार्दछ।

८. *दममा*– काफलको बोक्राको काढा पाँच ग्राम चीनी वा मिश्री मिलाएर पिउनाले खोकी, दमा, हृदय रोग, अपच र अरुचिमा पनि लाभ गर्दछ।

९. *पेट दुखेमा*– काफलको बोक्रा चार ग्राम मिश्रीको काढासित चार

दिन सेवन गरे जुनसुकै कारणले पेट दुखेको वा शूल भएको भए पनि आराम हुन्छ।

१०. *दन्त–पीडामा–* काफलको बोक्रा पिसेर त्यै धूलोले मंजन गर्ने गरे दाँतको पीडा शान्त हुन्छ। तीन दिनमा बिसेक भएन भने नून मिसाएर मंजन गर्नू र त्यसको काढा पकाएर मनतातोले कुल्ला गरे लाभ हुन्छ।

१४०. कोइरालो

१. *कुष्टमा–* दस ग्राम कोइरालोको बोक्राको काढामा पन्ध्र–बीस थोपा–बक्चीको तेल मिसाएर केही दिन पिउनाले कुष्टमा लाभ हुन्छ।

२. *घाउ–फोडामा–* कोइरालोको जरा छायामा सुकाई धूलो पारेर त्यसमा चामलको चौलानी हाली तातो पारेर पुल्टिस बाँधे पाक्ने न थाक्ने भएको घाउमा आराम गर्छ।

३. *प्रमेहमा–* तीन ग्राम कोइरालोको बोक्राको चूर्ण दुवै छाक त्रिफलाको झोलसित खानाले प्रमेहमा लाभ हुन्छ।

४. *अलकाईमा–* कोइरालोको नफुलेको कोपिला छायामा सुकाई मसिनो पार्नू र तीन ग्राम चूर्ण मिश्री र नौनीसित मिलाएर खानू, यसले अलकाई ठीक हुन्छ।

५. *सर्प–विषमा–* कोइरालोको बीजको लेदो उसमा कागतीको अमिलो हालेर टोकेको स्थानमा लगाइदिनू। यसले बिन्छी र सर्पको विष उतार्दछ।

६. *जुकामा–* एक ग्राम कोइरालोको बोक्राको काढा पिए पेटको जुका, चुर्ना मर्दछन्।

७. *रगत–मासीमा–* कोइरालाको सुकेको दाना पिसेर दुइ ग्रामको दरले एक साता पानीसित खाए आउँ–मासी निको हुन्छ।

८. *कण्ठमाला–* कोइरालाको बोक्राको धूलो अदुवा र चामलको

चौलानीसित मिलाई दुवै छाक घाउमा लगाए कण्ठमाला, घेंच (गाँड़) निस्केको पनि निको हुन्छ।

९. *दन्तरोगमा*— कोइरालाको बोक्रा छायामा सुकाई चूर्ण पारेर फिटकिरी मिसाई मञ्जन गरे दाँत दुखेको र तातो—चीसो पानी लाग्ने पनि निको हुन्छ।

१०. *मुखको घाउमा*— पाँच तोला कोइरालाको पातलो बोक्रा एक लीटर पानीमा पकाएर आधा रहेपछि त्यो पानीले कुल्ला गरे मुखको छाला जाने र घाउ भएको भए पनि लाभ हुन्छ। अनेक उपाय गरेर हरेस खाइसकेको भए यसको परीक्षा गर्नू।

१४१. अरिड़

१. *नाथ्री फुटेमा*— अरिड़को बोक्रा पोलेर खरानी तुल्याई त्यसैको नस लिए नाथ्री फुटेर रगत आउने निको हुन्छ।

२. *लिङ्गको शिथिलतामा*— तिलको तेल र अरिड़को गेडा बराबर मात्रामा पिंधेर राती सुत्ने बेलामा मणिलाई छाडेर शेष भागमा मालिश गरे साता दिनमा उत्तेजना बढ्छ।

३. *स्तन शिथिल भएमा*— अरिड़को पात कागतीको रसमा पिंधेर स्तनमा लेप गरे स्तनको शिथिलता (झोलिनु) ठीक हुन्छ।

४. *थुनेलोमा*— थुनेलो भएमा आधा किलो अरिडको पात सात किलो पानीमा एक घण्टा पकाउनू, अनि रोगीलाई उत्तानो सुताई त्यो पानीको पातलो धारा स्तनमा पर्ने गरी चुहाउनू। फेरि स्तनमा अरिड़को तेलको मालिश गरी पकाइसकेको पात पिंधी स्तनमा पुल्टिश बाँधिदिए दूधको बेग ठीकसित प्रवाहित हुन्छ र रोग निको हुन्छ।

५. *अण्ड—वृद्धिमा*— अरिड़को जरा कागतीको झोलमा पिंधेर तातो पारी लेप गरेर लङ्गोटी कस्ने गरे अण्डकोष सुनिएको आराम हुन्छ।

६. *परिवार नियोजनमा*— मासिक धर्मपछि चौथो दिन स्नान गरेपछि यौटा अरिङ्को गुदी झिकेर खाए वर्षदिनसम्म गर्भ रहने सम्भावना रहन्न।

७. *अलकाईमा*— अरिङ्को पात पिंधेर गुदामा राखी लङ्गोटी कस्नू र बाह्र दिन जति चार–पाँच गेडा प्रतिदिन गुदी झिकेर खाने गरे अलकाईमा आराम गर्छ।

८. *फियो बढेमा*— अरिङ्को फल–फूल, पात, हाँगा र जरो यति माटाको भाँडामा हालेर त्यसको मुख बन्द गरेर आगोमा पोल्नू र खरानी बनाउनू। त्यही खरानी दिनहुँ पाँच ग्राम गाईको गहुँतसित खाली पेटमा खाने गरे फियो बढेको निको हुन्छ।

९. *चर्मरोगमा*— अरिङ्को जराको काढा बनाएर पाँच ग्राम दिनहुँ पिउने गरे अनेक प्रकारका चर्मरोगमा लाभ हुन्छ।

१०. *आउँमा*— यस रोगको आरम्भमै पाँचदेखि दस थोपासम्म अरिङ्को तेल पिउने गरे आउँ थामिन्छ र अगाडि बढ्न सक्तैन।

१४२. घ्यूकुमारी

१. *मस्तिष्क–विकारमा*— दिनहुँ एक तोला यसको रस खाने र त्यति नै नांगो–मुडुलो कपालमा राखनाले मस्तिष्क–सम्बन्धी अनेक रोगमा आराम हुन्छ। मानिस पागल हुन लागेको पहिलो अवस्था भए त्यो पनि थामिन्छ र आराम हुन्छ।

२. *मधुमेहमा*— यसमा एक ग्राम घिउकुमारीको गुदी त्यति नै गुर्जोको रसमा सेक्रिन (मधुमेहका रोगीले खान हुने चीनी) मिलाएर बीस दिन लगातार सेवन गरे अवश्य निको हुन्छ।

३. *शूलमा*— घिउकुमारीको जरो ५ ग्राम मसिनो पारेर अलिकति मह मिलाई खायो भने कुनै पनि शूल भएकोमा आराम हुन्छ।

४. *विषमा*— सर्प, बिच्छी,माहुरी, छेंपारो आदिको विषमा घिउकुमारीको गुदी सेवन गरे तत्काल लाभ हुन्छ।

५. *यौवनको रक्षामा–* दिनहुँ घिउकुमारीको गुदी तीन–चार तोला सेवन गर्ने व्यक्तिलाई रोगले कष्ट दिँदैन। दाँत, कान, आँखा, कपाल दुर्बल हुँदैनन्। शरीर बलिष्ठ रहन्छ। छाला चाउरिएर बूढो देखिँदैन।

६. *मासिक धर्ममा–* घिउकुमारीको एक तोला गुदीमा अलिकति पलाशको क्षार (नून) मिसाएर खाने गरे मासिक ठीक समयमा र उचित मात्रामा हुन्छ। कुनै रोग लाग्दैन।

७. *ज्वरमा–* तातो पानीसित एक तोला घिउकुमारीको जराको रस मह मिलाएर पिए नयाँ या–पुरानो दुवै थरि जरो निको हुन्छ।

८. *कान दुखेमा–* घिउकुमारीको गुदी मनतातो पारेर बायाँ कान दुखे दायाँमा र दायाँ कान दुखे बायाँमा तीन–चार थोपा हालिदिए तत्काल आराम हुन्छ।

९. *नेत्र–पीडामा–* हलेदो र घिउकुमारीको गुदी बराबर पारी मनतातो गरेर आँखामा अंजन झैं लगाउने र त्यसैको पुल्टिस बाँधिदिए आराम हुन्छ।

१०. *फियो बढेमा–* घिउकुमारीको गुदी दस ग्राम र एक ग्राम सुहागाको धूलो मिलाई दिनहुँ खाने गरे दस–बाह्र दिनमा फियो निको हुन्छ।

१४३. मेवा (पपीता)

१. *अरुचिमा–* पाकेको पपीताको फल खाए भोक बढ्छ, खाएको हजम हुन्छ, पिशाब दिसा सफा हुन्छ। पेटका अन्य रोग; जस्तै– फियो बढ्ने, पेट पोल्ने र पथरी भए पनि आराम हुन्छ। शरीर बर्ता मोटो भए घटाउँछ, थूकमा रगत देखिने निको पार्छ। यसले पिशाबको नलीमा घाउ भए निको हुन्छ। यस्तै यसका अनेकानेक गुणहरू छन्।

२. *दादमा–* पपीताको दूध चिलाउने बा दाद–खुजलीमा लगाउनाले

जस्तै पुरानो चिलाउने रोग भए पनि दस दिनमा आराम हुन्छ।

३. *ज्वरमा–* पपीताको पात छ: ग्रामदेखि दस ग्रामसम्म पिंधेर त्यमसा मह वा मिश्री मिलाई पिए नयाँ र पुरानो जस्तो ज्वर भए पनि एकसाताको सेवनले निको हुन्छ।

४. *बवासीरमा–* अलकाईको खटिरामा काँचो पपीताको दूध लगाउनाले आराम हुन्छ। पपीताको दूध लगाउँदा बेसरी पोल्दछ। असह्य भयो भने मक्खन (नौनी) मिसाएर लगाए पनि लाभ हुन्छ।

५. *उपदंश (भिरुङ्गी) मा–* काँचो पपीताको दूध (चोप) लगाए भिरुङ्गीको घाउ, दाद वा छालाका अन्य रोग पनि निको हुन्छ।

६. *फियो बढेमा–* चार ग्राम मिश्री वा मह र चार ग्राम पपीताको दूध, यसको तीन भाग पारेर दिनमा तीनपल्ट पानीसित खाए फियो बढेको र पेटको अन्य रोग पनि निको हुन्छ।

७. *बिच्छी, सर्पको विषमा–* काँचो पपीताको दूध टोकेको घाउमा लगाए विष शान्त हुन्छ, बढ्न पाउन्न। पपीताको बीज पिधेर टोकेको स्थानमा लगाए पनि आराम हुन्छ।

८. *अतिसारमा–* काँचो पपीता सुकाएर ५ ग्राम त्यसको धूलो मनतातो पनीसित सात दिन सेवन गरे अवश्य लाभ हुन्छ।

९. *दूध बढाउनमा–* काँचो पपीताको तरकारी खायो भने सुत्केरीको दूध बढ्दछ र बच्चा स्वस्थ एवं निरोग हुन्छन्।

१०. *जुकामा–* एक ग्राम पपीताको सत मिश्री, मह वा दूधसित बीस दिन सेवन गरे पेटका जुका चुर्ना र अन्य विकार पनि नष्ट हुन्छन्।

१४४. सुन्तला

१. *वमनमा–* सुन्तलाको बोक्राको धूलो एक ग्राम महसित चटाए

वमन थामिन्छ, फेरि यो रोग फर्केर आउन्न।

२. *जुकामा*— सुन्तलाको बोक्राको काढामा एक ग्राम हीङ मिलाएर दिनाले पेटका जुका, चुर्ना वा अन्य रोग पनि आराम हुन्छ।

३. *रक्त—विकारमा*— तीन ग्राम चिराइताको रसमा सुन्तलाको रस तीन ग्राम मिसाएर दिए रगत सफा गर्दछ।

४. *घाउ—खटिरामा*— मसाना घाउ—खटिरा र चिलाउने घमौरा आदिमा सुन्तलाको बोक्राको रस दल्नाले निको हुन्छ।

५. *ज्वरमा*— सुन्तलाको बिजुलामा मह वा मिश्री मिलाएर मनतातो पारी सेवन गरे नयाँ—पुरानो खोकी व ज्वरमा आराम गर्दछ।

१४५. मैन (मोम)

१. *खुट्टा फुटेकोमा*— मैन र बोसो पगालेर फुटेको वा चिरिएको स्थानमा भरिदिए आराम हुन्छ।

२. *प्रेत—बाधामा*— भूत—प्रेत लागेर मानिस बेहोश भएको छ भने मोमको धूप दिए तत्काल चेतना फर्कन्छ।

३. *शरीरमा दर्द भएमा*— एक ग्राम जति मैन आगोमा हालिदिनू, त्यसबाट उठेको धूआँ जुन अंगमा पीडा छ त्यहीं लगाउनू, निको हुन्छ।

४. *वातरोगमा*— एक किलो मोम र एक पाउ सज्जीको धूलो र पचास ग्राम नून भाँडामा हालेर तताउनू। अनि डमरु यन्त्रबाट तेल निकाली मालिश गरे वातमा लाभ हुन्छ।

५. *वात—व्रणमा*— तिलको तेल र मिश्री मिलाएर मैनको लेप गरिदिए वात—व्रणमा र शूल समेत आराम गर्दछ।

१४६. पिण्डालु

१. *अरिंगाल, बारुला, मौरी आदिको विषमा*— पिंडालुको चोप लगाए तुरुन्त फाइदा गर्दछ। पहाडतिर यसको अझ पनि प्रचलन छ।

२. *घाउमा—* कर्कलाको पात कुटेर रस निकाली मनतातो पारेर घाउमा लगाए छिटै निको हुन्छ।

३. *खल्वाट (रौं उडेमा)—* पिंडालु कुटेर रस झिकी शिरमा लगाए नयाँ रौं आउँछ।

४. *बवासीरमा—* पिंडालुको रस निकालेर मह मिलाई पिउनाले अलकाई निको हुन्छ।

५. *कुकुरले टोकेमा—* बौलाहा कुकुरले टोके तत्काल पिंडालु घोटेर चन्दन झैं लेप लगाए त्यसको विष लाग्दैन।

१४७. गौंत (गोमूत्र)

१. *फियोमा—* बिहान खालि पेटमा गोमूत्र (गौंत) एक गिलास पिए फियो बढेको एक सातामै आराम हुन्छ।

२. *पाण्डु–रोगमा—* बिहान गौंत लुगाले छानेर एक महीना दिनहुँ पिए पाण्डु–रोग निको हुन्छ। रोगीको शक्ति अनुसार पिउनू किनकि यसले दिशा लाग्दछ।

३. *कान पाकेमा—* गाईको ताजा गौंतले कान सफा गरिदिने गरे एक सातामा पाकेर पीप बग्ने निको हुन्छ।

४. *म्यादी ज्वरमा—* बीस–पचीस ग्राम गौंतमा अलिकति बेसार मिलाएर पियाए मन्द ज्वर र म्यादी ज्वर एवं छातीमा कफ जमेको पनि निको हुन्छ।

५. *कब्जमा—* बिहान दिनहुँ एक पाउ जति ताजा गौंत पिए पेट सफा हुन्छ।

१४८. नासपाती

१. *कपाल दुखेमा—* पचीस ग्राम जति नासपातीको रसमा मह वा मिश्री मिलाएर खानाले कपाल दुखेको आराम हुन्छ।

२. *जुकामा–* नासपातीको बीज दुइ ग्राम र तीन ग्राम वायविडङ्गको धूलो अलिकति महसित खायो भने तीन दिनमा पेटको जुका, चुर्ना मर्दछन्।

३. *सर्प–विषमा–* नासपातीको पात कुटेर रस निकाली दुइ ग्राम नून मिलाएर पिए सर्पको विष लाग्दैन।

४. *रक्तातिसारमा–* बीस ग्राम नासपातीको शर्बत (मिश्री वा महमा बनाएको), बेल सुकाएर बनाएको धूलो दुई ग्राम मिलाई दस दिन जति पिए रक्तातिसारमा लाभ हुन्छ।

५. *मन्दाग्निमा–* तीस ग्राम नासपातीको रसमा पिपलाको एक ग्राम धूलो हालेर शर्बत झैं पिए मन्दाग्नि निको हुन्छ। भोक लाग्दछ, शरीर स्वस्थ रहन्छ।

६. *अलकाईमा–* बीस ग्राम जति नासपातीको मुरब्बा दिनको तीन छाक एक सातासम्म खाए अलकाईमा आउने रगत थामिन्छ र केही दिनमा रोग निर्मूल हुन्छ।

७. *घाउ–खटिरामा–* नासपातीको पात पोलेर त्यो खरानी छरिदिए घाउ सुक्तछ। नासपातीको काठ पोलेको खरानी भए पनि हुन्छ।

८. *नेत्र–रोगमा–* नासपातीको रसमा कपूर मिलाएर पातलो लुगामा हाली आँखामा पट्टी जस्तो बाँधिदिए आँखा बिझाउने, रातो हुने, पानी बग्ने आदि अनेक रोगमा लाभ हुन्छ।

९. *वमनमा–* रगतको उल्टी भए पचीस ग्राम नासपातीको मुरब्बामा एक ग्राम जति नागकेशरको चूर्ण मिलाएर सेवन गर्नाले रगतको वमन, अलकाई आदि रोगमा लाभ हुन्छ।

१०. *अरुचिमा–* सींधेनून, मरीच र अलि–अलि भुटेको जीरा पिधेर बीस ग्राम नासपातीको रसमा मिलाई तीन दिन लगातार सेवन गरे भोक खुल्दछ, खान रुचि बढ्दछ।

१४९. दूध

१. *कपाल दुखेमा*– गाईको दूधमा सुठो घोटेर दुखेको स्थानमा लेप झैं लगाइदिए एकछिनमै आराम हुन्छ।

२. *आधा कपाल दुखेमा*– रोगीलाई तात्तातो जिलेबी र गाईको दूध मात्र खान दिनू। पानी नदिनू। तीन घण्टापछि पानी दिए हुन्छ। यो क्रम चारदेखि सात दिनसम्म चलाए आधा कपाल दुखेको आराम हुन्छ।

३. *जीर्ण ज्वरमा*– २५० ग्राम गाईको ताजा दूधमा २ ग्राम घिउ, एक ग्राम सुठो, पचास ग्राम मुनक्का र त्यति नै छोहरा मिलाएर चिसो पारी पिउनू, नयाँ वा पुरानो जीर्णज्वर निको हुन्छ।

४. *मस्तिष्क दुर्बल भएमा*– निरोग बाख्रीलाई पोस लाग्ने वस्तुहरू खुवाएर त्यही बाख्रीको दूध पिउन दिनू। त्यसले स्मरण–शक्ति र मस्तिष्कको दुर्बलतामा निको हुन्छ।

५. *अनिद्रामा*– बाख्रीको दूधमा भिजाएको वस्त्र रोगीको शिरमा बाँधिदिनू र हात खुट्टामा मालिश गरिदिए खूब निद्रा लाग्दछ।

६. *खल्वाटमा*– गाईको काँचो दूधमा लुगा भिजाएर रौं उडेको ठाउँमा राखिदिने गरे एक महीनामै रौं उम्रन्छ।

७. *नाथ्री फुटेमा*– दुई घण्टा जति चिसो रहिरहने गरी गधाको दूधमा लुगा भिजाएर वा केवल दूधकै मालिश गरिदिए पनि नाथ्री फुट्ने रोगमा आराम हुन्छ।

८. *कान दुखेमा*– तातो दूधको वाफ कानमा जाने गरी बन्द कोठामा बसेर यो प्रयोग गरे कान दुखेको निको हुन्छ।

९. *कान पाकेमा*– स्त्रीको दूध वा प्याजको रस मनतातो पारेर कानमा हालिदिनू। एक सातामै कान पाकेको निको हुन्छ।

१०. *गण्डमालामा*– फुटेर घाउ भएको वा नफुटेको भए पनि प्रतिदिन

दुइ–तीन घण्टा जति गाईको दूधको मालिश गरिदिए गण्डमाला निको हुन्छ।

११. *दममा*– भैंसीको बिगौती (पहिलोपल्ट ब्याएको) सुकाएर धूलो पारी राख्नू। दमको रोगीलाई एक ग्रामको मात्रा गरेर दिनको दुइ–पटक दिए दममा लाभ गर्दछ।

१२. *अतिसारमा*– आधा किलो गाईको दूधमा सफा फलाम तताएर सात–आठपल्ट झ्वाइँ पारी मह वा मिश्री मिलाई पिउन दिए अतिसारमा आराम गर्दछ।

१३. *जुकामा*– एक साता जति भेडीको दूध सेवन गरे जुका–चुर्ना मर्दछन्।

१४. *अलकाईमा*– बिरालीको दूध बबासीरको घाउमा लाउनू, पीडा तुरुन्त शान्त हुन्छ। एक महीना जति लगातार सेवन गरे घाउ पनि निको हुन्छ।

१५. *दादमा*– दुवै छाक तातो दूधले सेक्ने गरे चिलाउने बन्द हुन्छ र केही दिन लगातार गरे दाद र चिलाउने निको हुन्छ।

१६. *चाया–दण्डीफोरमा*– अलिकति तोरी वा सरस्यूँ बाखीको दूधमा बेलुका भिजाएर राखी बिहान पिसेर चाया–दण्डीफोरमा बेसरी मल्नू र एक घण्टापछि पानीले पखाल्नू, त्यसले चाया जान्छ र दण्डीफोर निको हुन्छ।

१७. *योनि चिलाउनेमा*– पातलो लुगा दूधमा भिजाएर चिलाएको योनिभित्र राखिदिनू। यसरी एक सातासम्म प्रतिदिन तिनै छाक गरे आराम हुन्छ।

१८. *आगोले पोलेमा*– बाखीको दूधमा अमला पिंधेर पोलेको स्थानमा लगाइदिए घाउको दाह–पीडा शान्त हुन्छ।

१९. *विषमा*– धतूरो, शंखिया, सर्प, छेपारो आदिको विषमा गाईको

एक पाउ दूधमा दस ग्राम चीनी वा मिश्री मिलाएर खान दिए आराम हुन्छ।

२०. *थकाईमा*— बर्ता श्रम गरेर थकाई लागे गाईको दूध मनतातो पारेर पिए तत्काल थकाई हराएर शरीरमा स्फूर्ति आउँछ।

२१. *मुखबाट रगत आएमा*— भेड़ीको दूध एक साता सेवन गरे खोक्ता निस्कने रगत बन्द हुन्छ। थूकमा रातो देखिए पनि यही प्रयोग गरे लाभ हुन्छ।

२२. *घाँटी—भित्रका खटिरामा*— घाँटीसम्म पुग्ने गरी बाखीको दूधले गरारा (कुल्ला) गरे तीन दिनमा आराम हुन्छ।

२३. *सैनमा*— मसिनो लुगा वा रुवोको बत्ती बनाएर बाखीको दूधमा भिजाई सैनमा पल्टिएको घाउमा भित्रपट्टि राखिदिए छिटै लाभ हुन्छ। घाउको मुख सानो भए अलि ठूलो पारे पनि हुन्छ।

१५०. दही

१. *राती नदेखिने (रतौंधी) मा*— दहीको पानीमा आफ्नै थूक मिलाएर अंजन झैं नेत्रमा लगाए लाभ हुन्छ। दहीको पानीमा मरीच घोटेर दुवै छाक लगाए पनि निको हुन्छ।

२. *अतिसारमा*— दहीमा अलिकति बिरेनून हालेर खाने गरे अतिसारको दिशा थामिन्छ।

३. *अनिद्रामा*— खौरेको चिल्लो टाउकोमा दही मल्ने गरे मस्तिष्क शीतल भएर निद्रा लाग्दछ।

४. *कुष्टमा*— सहिजन र चितूको बोक्रा वा जरा दहीमा पिसेर घाउमा लेप गरे कुष्टको घाउ केही दिनमा निको हुन्छ।

५. *अलकाईमा*— प्रतिदिन दही खाने गरे अलकाईको रगत आउन थामिन्छ।

६. *अजीर्णमा*— पानी र दही बराबर मिलाएर पिउने गरे अजीर्ण निको हुन्छ र अमिलो डकार आउनेमा पनि लाभ हुन्छ।

७. *आधा कपाल दुखेमा*– प्रात: सूर्योदयभन्दा पहिले एक सातासम्म गाईको दही र भात खाने गरे आधा कपाल दुख्ने निको हुन्छ।

८. *मुखको दागमा*– दही, हर्दी (बेसार) मिलाएर सुत्ने बेलामा मुखमा दलेर सुत्नू, बिहान पखालिदिनू। यसरी एक साता गरे मुखको कालो दाग, चाया परेको र दण्डीफोर पनि निको हुन्छ।

९. *विषमा*– अरिंगाल, बारुलोले टेकेकोमा, जाइफल अलि बर्ता खाइदिएर मात लागेकोमा दहीमा मिश्री मिलाएर खाए आराम हुन्छ। टोकेको ठाउँमा दही र बेसार मलिदिए विष शान्त हुन्छ।

१०. *दादमा*– अमला र खयर बराबर पिधी दही र बेसार मिलाए चिलाएको ठाउँ वा दाद–दिनाईमा लगाए आराम हुन्छ।

१५१. असुरो

१. *जलोदरमा*– तीन ग्राम असुरोको पातको रस, तीन ग्राम यवक्षार, छ: ग्राम अदुवाको रस मिलाई सेवन गरे एक सातामै गुण थाहा पाइन्छ र पाण्डुरोगमा पनि लाभ हुन्छ।

२. *ज्वरमा*– दस ग्राम असुरोको पात, त्यति नै चिराइता, पचास ग्राम कुटकी र दस ग्राम पिप्लाको चार भाग बनाई काढा पकाएर सेवन गरे जस्तै पुरानो ज्वर भए पनि ठीक हुन्छ।

३. *रगत–मासीमा*– छ: ग्राम असुराको पातको रसमा मिश्री मिलाई सेवन गरे आउँ र रगत परेको भए पनि छिटै निको हुन्छ।

४. *खोकीमा*– छ: ग्राम असुरोको जराको काढा पकाई एक साता सेवन गरे खोकी र जरोमा तुरुन्त लाभ गरेको स्पष्ट देखिन्छ।

१५२. गोबर

१. *लुतोमा*– सर्वाङ्गमा गाईको गोबर दलेर एक घण्टापछि तातो

पानीले स्नान गरे आठ–दस दिनमै घाउ–खटिरा एवं चिलाउने र पाक्ने लुतोमा लाभ हुन्छ।

२. *बेर्नो निस्कनेमा*– बेर्नो निस्केको बेलामा गाईको तातो गोबर लुगामा राखी माथिबाट लुगैले छोपी सेकिदिए लाभ हुन्छ। हातमा चिल्लो लगाएर बेर्नो बिस्तारै भित्र पसाएर लगौटी लगाए पनि निको हुन्छ।

३. *घाउ–खटिरामा*– गुइँठाको खरानी घिउमा मलेर घाउमा लगाए तीन छाकमै आराम भएको ज्ञात हुन्छ।

४. *बच्चा गर्भमै मरेमा*– सात ग्राम गाईको गोबरको रस आधा किलो दूधमा पिलाइदियो भने गर्भमै मरिसकेको बच्चा तुरुन्त निस्कनेछ।

५. *अन्नमा र बारीको कीरामा*– तल खरानी, माथि अन्न राखे कीरा लाग्दैन र बारीमा फलेका तरकारीमा कीरा लागे गोबरको खरानी छरिदिए कीरा लाग्दैन।

१५३. गुर्जो

१. *मुटु हल्लनेमा*– छः ग्राम घोड़ताप्रे र छः ग्राम गुर्जोको काढा बनाएर सात दिन सेवन गरे बौलाहा चाला भएको र मुटु हल्लने रोगमा समेत लाभ गर्दछ।

२. *कान दुखेमा*– पानीमा घोटेको गुर्जो मनतातो पारेर तीन थोपा कानमा हाले कान दुखेको आराम हुन्छ।

३. *वमनमा*– छः ग्राम गुर्जोको रसमा मह मिलाएर सेवन गरे वमनमा लाभ गर्छ।

४. *श्वेत–प्रदरमा*– तीन ग्राम गुर्जोको काढ़ा प्रतिदिन पिउने गरे श्वेत–प्रदर र त्यसका अन्य विकारहरू पनि एक सातामै निको हुनेछन्।

५. *सुजाक (भिरुङ्गी) मा*– छः ग्राम गुर्जोको रसमा तीन ग्राम

पाखनवेतको धूलो, मह मिलाई सेवन गरे भिरुङ्गी निको हुन्छ। (हुन त यो रोग एकपल्ट लागेपछि जीवनभरि पूर्ण निको हुँदैन तापनि केही अंशमा निको हुन्छ। फेरि यो वंशानुगत पनि मानिन्छ।)

६. *हिक्कामा*– सुठो र गुर्जोको धुलो नाकमा नस लिए हिक्का थामिन्छ।

७. *अरुचिमा*– दस ग्राम गुर्जो, पाँच ग्राम दालचीनीमा एक किलो पानी मिलाएर काढा पकाउनू। चौथाई रहेपछि झिकेर त्यसको चार मात्रा बनाई दिनको दुइ मात्रा सेवन गरे अरुचि, अग्निमान्द्यमा लाभ हुन्छ।

८. *क्षयमा*– दुइ ग्राम सुकुमेल, तीन ग्राम वंशलोचन र तीन ग्राम गुर्जोको सत (चीनी) महसित एक महीना सेवन गरे क्षयमा अवश्य लाभ हुन्छ।

९. *ज्वरमा*– दस ग्राम गुर्जोको काढामा मिश्री मिलाएर सेवन गरे नयाँ पुरानो सबै जरो निको हुन्छ।

१०. *खुट्टाको दाहमा*– अरिडको बीज र गुर्जो दहीमा मिलाएर लगाए हात–खुट्टा पोल्ने रोग निको हुन्छ।

१५४. चम्सुर

१. *कम्मर दुखेमा*– चम्सुरको दाना मसिनो पिंधेर तातो पारी दुखेको स्थानमा लेप गरे कम्मर दुख्ने र सुनिएकोमा लाभ गर्छ।

२. *सूतिका–रोगमा*– छ: ग्राम चम्सुरको बीजको काढा पकाई मिश्री मिलाएर सेवन गरे सूतिका वायु बिग्रेको र अन्य रोग पनि निको हुन्छ।

३. *अलकाईमा*– छ: ग्राम चम्सुरको बीज पिंधेर शर्बत बनाई पिए अलकाई रोग सात दिनमा निको हुन्छ।

४. *आउँमा*– दस ग्राम चम्सुरको जराको धूलो र मिश्री सेवन गरे नयाँ–पुरानो आउँमा तुरुन्त फाइदा गर्दछ। रगत परेको भए पनि थामिन्छ।

५. *दमा र खोकीमा*– दस ग्राम चम्सुरको झारको काढा मिश्री मिलाएर दुई साता सेवन गरे दम र खोकी पुरानै भए पनि निको हुन्छ।

६. *हिक्कामा*– दस ग्राम चम्सुर पिसेर चटनी झैं खाने गरे हिक्का रोकिन्छ।

७. *रक्त–विकारमा*– छ: ग्राम चम्सुरको दाना पानीमा पिधेर मिश्री मिलाई शर्बत झैं बनाएर पिए घाउ–खटिरा र रक्त–विकारमा पनि लाभ गर्दछ।

८. *मस्तिष्क–कष्टमा*– छ: ग्राम चम्सुरको गेडा धूलो पारी मह मिलाई गाईको दूधसित सेवन गरे मस्तिष्क–विकार नष्ट हुन्छ, सन्धिवात, स्नायुको दुर्बलता जान्छ र चिन्तन शक्तिमा वृद्धि हुन्छ।

९. *पोल्ने र चिलाउनेमा*– छ: ग्राम चम्सुरको बीज बाक्लो लेदो जस्तै बनाएर गाईको एक पाउ दूधसित पिए दाह र चिलाउने आराम हुन्छ।

१०. *चोटमा*– चम्सुरको ताजा पात पिंधेर पुल्टिस जस्तै पकाई सहँदो तातो चोट लागेको अंगमा बाँधिदिए हाड भाँचिएको पनि जोरिन्छ।

१५५. फर्सी

१. *छाती पोलेमा*– फर्सीको बिउ एक तोला जति स्वच्छ गाईको दूधमा चीनी वा मिश्री हालेर पिए छाती पोल्ने र मूर्च्छा एवं थूकबाट रगत आउने अनेक रोगहरूमा लाभ गर्दछ।

२. *कलेजाको फोडामा*– फर्सीको पकाएर (उसिनेर) निचोरेको रस गाईको दूध र चीनी मिलाएर दिनको एक पाउका दरले सात दिन सेवन गरे शरीरभित्र घुसेको गर्मी र कलेजाको दाह–पीड़ा, हुलुक्क अमिलो पानी आउने रोगहरूमा लाभ गर्दछ।

३. *पिशाब पोल्नेमा*– पाकेको फर्सी उसिनेर निचोरेको रसमा जवाखार

४ ग्राम फेटेर पिउनाले रोकिएको पिशाब खुल्दछ।

४. *अलकाईमा*– पाकेको फर्सीको बोक्रा पिसेर त्यसमा मिश्री वा चीनी हालेर शर्बत झैं फेटेर पिउनाले पचीस दिनमा अलकाई र त्यसबाट आउने रगत रोकिन्छ।

५. *जुका परेमा*– दस ग्राम जति फर्सीको बीज पिसेर त्यसमा पानी हालेर पिलाउने गरे साता दिनमै पेटका जुका दिशाबाट निस्कन्छन्। यो औषधि खाएको दुइ घण्टापछि हलुका जुलाब दिए तुरुन्त लाभ हुन्छ।

६. *बर्ता प्यासमा*– पाकेको फर्सी उसिनेर त्यसको रस निचोरी पिउने गरे बर्ता प्यास लागेगो निको हुन्छ।

७. *उन्माद (बौल्हट्टी) मा*– पाकेको फर्सीको बीजबाट तेल झिकेर खौरेको कपाल र तालुमा बिस्तार–बिस्तार दल्ने गरे उन्माद वा (पागलपन), खोकी, अनिद्रा आदि अनेक रोगहरूमा तत्काल लाभ भएको ज्ञात हुनेछ।

८. *ओंठ फुटेमा*– फर्सीको बीज पिसेर लगाए ओंठ फुटेको तीन दिनमै निको हुन्छ। हात–खुट्टा फुटेको र कुर्कुच्चा चिरिएको पनि यसैले निको पार्दछ।

९. *घाउ–खटिरामा*– फर्सीको गुदी (गिद्रा) मा फुराएको फिटकिरी हालेर बेसरी फेटी घाउ–खटिरा र सैन पल्टिएको भए पनि सात दिन लगाए आशातीत सफलता पाइन्छ।

१०. *थुनिलोमा*– पाकेको फर्सीको भेट्नो पानीमा घोटेर सहँदो तातो लगाइदिए चार छाकमै थुनिलो निको हुन्छ।

१५६. माष

१. *अनिद्रामा*– एक तोला जति माषको जराको काढा पकाएर सुत्नु–

भन्दा पहिले पिउन दिए निद्रा नलाग्ने रोग हराउँछ र शरीर–सम्बन्धी अरू कष्ट पनि निको हुन्छ।

२. *धातुपुष्ट पार्नमा*– पक पाउ नदलेको सिंगा माष, एक पाउ गहुँ, एक पाउ जौ आधा पाउ मसिनो पुरानो चामलको पीठो र दस ग्राम पिपलाको धूलो–सबै वस्तु एक एक पाउ गाईको शुद्ध घिउमा पकाएर एक किलो चीनी वा मिश्रीको चास्नीमा बेसरी मल्नू। अनि तीस–चालीस ग्रामको दरले दुवै छाक गाईको दूधसित सेवन गरे स्तम्भन र रति–शक्ति बढ्दछ।

३. *गठिया (वात) मा*– माष छः ग्राम र एरण्ड (अडीर) को जराको बोक्राको काढा दुई तोलाको दरले दुवै छाक पिउने गरे केही दिनमै गठिया वात निको हुन्छ।

४. *लकवामा*– दस ग्राम सिंगो माषको काढासित दुई ग्राम एरण्डको जराको धूलो र दुई ग्राम सुठोको धूलो मिसाएर गाईको दूधसित पिउने गरे लकवा, बात–विकार, अतिसार, रुघा–खोकी निको हुन्छ, तर यो लगातार केही दिन गर्नुपर्दछ। अनि लाभ हुन्छ।

५. *शक्ति बढाउनमा*– माषको दाल पिंधेको पीठो गाईको घिउमा रातो हुने गरी भुटेर चीनी वा मिश्री हालेर दुइ महीना जति गाईको दूधसित सेवन गरे बल–वृद्धि र स्तम्भन शक्ति बढ्दछ, तर औषधि सेवन गर्दा स्त्रीप्रसंग वर्जित छ।

६. *अपचमा*– दस ग्राम माषको काढाका साथ एक ग्राम हीङ निल्नू। अपच, अजीर्ण, पेट ढाडिने र पखाला लागेको भए पनि यसले निको हुन्छ।

१५७. नौनी (मक्खन)

१. *कपाल दुखेमा*– गाईको घ्यू (नौनी) कपालमा हालेर एक दिन

बेसरी दल्नू। जुनसुकै कारणले कपाल दुखेको भए पनि अवश्य निको हुन्छ। यो अनुभव–सिद्ध प्रयोग हो।

२. *कान पाकेमा–* गाईको घिउ सहँदो तातो कानमा हाले कान पाकेको, कर्णशूल, कर्णदाह आदिमा तत्काल लाभ हुन्छ।

३. *कान नसुन्नेमा–* बाखीको घिउ सहँदो तातो पारेर एक साता दिनहुँ हाल्नाले कान नसुन्ने रोग निको हुन्छ।

४. *खोकीमा–* दस ग्राम नौनी र मिश्री मिसाएर दुवै छाक साता दिन लगातार सेवन गरे कफ नआउने सुक्खा खोकी निको हुन्छ।

५. *हिक्कामा–* बीस ग्राम जति गाईको घ्यू सहँदो तातो पिउन दिनू हिक्का रोकिन्छ।

६. *पाण्डु रोगमा–* आधा किलो घिउमा २५० ग्राम सुठोको लेदो मिसाएर बेसरी पकाई सफा भाँडोमा राख्नू। त्यो दिनको तीन ग्रामका दरले सेवन गरे पाण्डुरोग, फियो, संग्रहणी र खोकीमा लाभ गर्दछ।

७. *स्वर–भङ्गमा–* दस ग्राम घिउमा एक ग्राम मरीचको धूलो खाना खाएको एक घण्टापछि अलि–अलि गरेर चाटे घाँटी दुखेको र स्वर–भंग (बोली बदलिएको वा बोली लटपटिएको) ठीक हुन्छ।

८. *रक्तपित्तमा–* दस ग्राम नौनीमा पाँच ग्राम शुद्ध मह र दस ग्राम गाईको गोबरको झोल मिसाएर एक साता सेवन गरे रक्तपित्त अवश्य निको हुन्छ।

९. *रक्तातिसारमा–* गाईको दूधबाट बनाएको नौनीमा दस ग्राम मह र त्यति नै मिश्री हालेर बिस्तार–बिस्तार चाटे चाँडै नै रक्तातिसार निको हुन्छ।

१०. *पिशाब रोकिएमा–* गाईको बीस ग्राम नौनीमा दस ग्राम चीनी वा मिश्री फेटेर सेवन गरे रोकिएको पिशाब खुल्दछ। पेट ढाडिएको भए पनि निको हुन्छ ।

११. *आगोले पोलेमा–* चूनको पानी र गाईको घिउ फेटेर लगाइदिए आगोले पोलेको फोका उठ्दैन र दाह पनि शान्त हुन्छ।

१२. *बर्ता प्यासमा–* आधा किलो गाईको दूधमा दस ग्राम चीनी वा घिउ मिलाई पिउनाले बर्ता प्यास लागेको तुरुन्त शान्त हुन्छ।

१३. *रक्सीको मात (नशा) मा–* बीस ग्राम गाईको घिउमा दस ग्राम मह र मिश्री फेटेर खान दिए जाँड वा रक्सीको नशा (मात लागेको) शान्त हुन्छ।

१४. *अफीमको विषमा–* आधा किलो गाईको दूधमा दस ग्राम चीनी वा मिश्री मिसाई खान दिए अफीमको विष शान्त हुन्छ।

१५. *धतुरो, कुचिलाको विषमा–* आधा किलो गाईको दूध पिलाउन सके धतूरो आदिको विष शान्त हुन्छ।

१६. *सिउँडी र भलायो आदिको विषमा–* नौनी लगाइदिए भलायो उच्छ्रेको र सिउँडीको दूध मुखमा परेको वा आँखामा परेर दाहपीडा भए लाभ गर्दछ।

१७. *सर्प र बिच्छीको विषमा–* गाईको नौनी र फिटकिरी फेटेर लगाइदिए दाह शान्त हुन्छ र पछि डॉक्टर वा वैद्यलाई देखाएर उपचार गराउनू।

१८. *अण्ड–वृद्धिमा–* दस ग्राम गाईको घिउ र दुई ग्राम सिँधेनून मिसाएर पिलाउनू र अण्डकोषमा लेप गरिदिए अण्डवृद्धि निको हुन्छ। सुर्तीको पातमा घिउ घसेर अण्डमाथि राखी कछाड कसे पनि अण्डवृद्धि रोकिन्छ।

१९. *दम र न्यूमोनियामा–* गाईको पुरानो घिउ र कपूरमा सिंधेनून मसिनो पारेर मिलाई रोगीको छातीमा हलुका हातले मुसारिदिए न्यूमोनियाँ, श्वास र पुरानो खोकीमा लाभ गर्दछ।

२०. *सौन्दर्य बढाउनमा–* राती सुत्ने बेलामा नौनी मुखमा घसेर सुत्ने गरे चाया परेको र आँखामुनि कालो दाग बसेको निको हुन्छ, तर

केही दिन बराबर लगाइरहनुपर्दछ।

२१. *नाथ्री फुटेमा*– ताजा गाईको घिउ लिएर नाकले सुर्कने वा नस लिने गरे पनि नाथ्री फुट्ने रोग निको हुन्छ।

२२. *तीन वा चार दिनमा आउने जरोमा*– गाईको पुरानो घिउमा हीङ मिलाएर नस लिनाले जरो रोकिन्छ । जाडो भएर आउने जरोमा पनि यस क्रियाले लाभ हुन्छ।

सावधान–

१. मह र घिउ बराबर खाए विष हुन्छ। यसले मृत्यु पनि हुन सक्छ।
२. तातो पानी, चिया र दूधमा मह हालेर खाए रोग लाग्न सक्दछ,
३. मूला, कटहर यी महसित खानू हानिकारक हुन्छ।
४. माछा, मासु र मकैसित मह खाए ठूलै हानि हुन सक्दछ ।
५. चर्का घाममा हिंडेर पसीना आएको बखत र औषधि खाएर तुरुन्त मह नखानू।
६. मह तताएर कहिल्यै नखानू।
७. कुनै पनि शरीरमा गर्मी बढ़ाउने वस्तुसित मह नखानू।
८. शुद्ध मह कागजमा बोकेर लैजान सकिन्छ।
९. शुद्ध मह कुकुरले खाँदैन।

१५८. फिटकिरी

१. *नेत्र–रोगमा*– फिटकिरी एक ग्राम, सिंधेनून एक ग्राम, दुवैलाई सय ग्राम पानीमा मिलाएर प्रतिदिन तीनपल्ट दुइ–दुइ थोपा आँखामा चुहाउने गरे आँखा सुनिएको, रातो भएको र आँखाबाट पानी बग्नेमा लाभ गर्दछ।

२. *रतौंधीमा*– यस रोगमा राती आँखा देखिन्न। पोलेको फिटकिरी पाँच ग्राम, सुर्तीको नस पाँच ग्राम, नौसादर पाँच ग्राम। यी तीनै

वस्तुलाई धूलो बनाई सुर्मा जस्तो लगाउने गरे राती नदेखिने रोग रतौंधी निको हुन्छ। सुर्मा लगाउने सुइरोले लगाउनू, कुनै काठले लगाउनु हुँदैन।

३. *कान पाकेमा*– पोलेको फिटकिरी मसिनो पिसेर पाउडर जस्तै बनाई रुओले कान सफा पारेर एउटा कागजको खोची बनाई त्यसमा धूलो फिटकिरी हाली कानभित्रसम्म पुग्ने गरी फुकिदिए पाकेको कानमा रामबाण झैं काम गर्दछ।

४. *कर्ण–शूलमा*– कान दुखेको भए पोलेको फिटकिरी धूलो पारेर कागती दुई फ्याँक पारी त्यसमा फिटकिरीको धूलो छरेर आगोमा तताई मनतातो भएपछि कानमा तीन चार थोपा चुहाइदिए कान दुखेको आराम हुन्छ।

५. *कान पाकेर पीप बग्नेमा*– हर्दी (बेसार) मा दस गुना बढ्ता फिटकिरी मिसाई मसिनो पारेर कानमा हालिदिए कान पाकेर पीप बगेको भए आराम हुन्छ।

६. *दन्त–कष्टमा*– फिटकिरी पोलेको अथवा काँचै भए पनि मसिनो पिधेर त्यसैले दाँत माझे दाँत दुखेको निको हुन्छ। गीजाबाट पीप बग्ने, दाँत हल्लने, दाँतमा कीरा लागेको यसले आराम गर्छ। कीरा लागेर टोड्का (प्वाल) परेकोमा मसिनो फिटकिरी भरिदिए आराम हुन्छ। दाँतमा कीरा लागेको भए पनि ल्वाङ र फिटकिरी दाँतमा राखिदिए कीरा मर्छ।

७. *घाँटीको रोगमा*– फिटकिरीको धूलो ग्लेसरीनमा मिसाएर राम्ररी फेटी यौटा सानू सिन्काको टुप्पामा रुवो लपेटेर त्यसमा त्यो ग्लेसरीन लगाई घाँटीभित्र लिगलिगेमा दलिदिए घाँटीको रोग

अर्थात् खोकी आइरहने र दुखेको समेत आराम हुन्छ।

८. *खोकीमा*– पोलेको फिटकिरी दस ग्राम, देशी चीनी दस ग्राम दुवै मिलाई बेसरी पिंधेर मसिनो पारी सोह्र पुरिया बनाउनू र प्रतिदिन दुवै छाक एक–एक पुरिया महसित वा पानीसित खाने गरे आराम हुन्छ। कफ नआउने सुक्खा खोकीमा दूधसित खाने गरे अवश्य लाभ हुन्छ।

९. *साना बालकको खोकीमा*– पोलेको फिटकिरी बच्चाकी आमाले आफ्नू चुचुक (स्तनको टुप्पा) मा लेप झैं लगाएर दूध चुसाउने गरे साना नानीको खोकीमा लाभ हुन्छ। विशेष बालक निदाउने बेला यसरी खान दिए अवश्य आराम हुन्छ। यो अनुभवले सिद्ध छ।

१०. *हुपिंग कफ (कुकुर–खोकी वा लहरे खोकीमा)*– तावा अथवा फलामको डाडुमा फिटकिरी पोल्नुपर्दछ। त्यो जब उम्लन लाग्दछ तब त्यसमा पाकेको केरा हाल्दै चलाउँदै गर्नुपर्दछ। एक सय ग्राम जति सुकेपछि बेसरी पिंधेर कपडामा छानी शीशीमा राख्नू। अनि एक वर्षको बालकलाई एक ग्राम र तीन वर्षकोलाई दुई ग्रामको दरले बिहान–बेलुका दुवै छाक खान दिए लहरे खोकी अवश्य निको हुन्छ।

११. *दमको रोगमा*– १५ ग्राम अर्क–गुलाबमा तीन लाल जति फिटकिरी मिलाएर दिनमा तीनपटक खान दिए दमको रोगमा लाभ हुन्छ। यो रोग कष्ट–साध्य वा असाध्य भने पनि हुन्छ, तर यो प्रयोगले पूर्ण आराम भएको पनि देखिएको छ।

१२. *श्वासक्रिया बढेमा*– अलिकति फिटकिरी धूलो पारेर पाँच ग्राम जति चीनीको माझमा राखी खानू र अलिकति तातो पानी पिउनू। अकस्मात् सास बढेकोमा तत्काल लाभ गर्दछ।

१३. *नाथ्रो फुटेकोमा*— फिटकिरी पानीमा हाल्नू, त्यो विलीन भएपछि त्यही पानी नाक—भित्रसम्म पुग्ने गरी चुहाइदिनू। अनि निधारमा चिसो पानीले भिजाएको रुमाल बाँधिदिए नाकबाट रगत आउने र बारम्बार नाथ्रो फुटिरहनेमा आराम हुन्छ।

१४. *नाकबाट रगत आउनेमा*— सुकेको गुइँठा डढाएको खरानी र कागज पोलेको खरानीमा पोलेको फिटकिरी बराबर मात्रामा मिसाएर मसिनो पारी पिंधेर नस बनाउनू, अनि नाकबाट रगत आउन थाल्यो भने तत्काल त्यो नसको रूपमा नाकले तान्नुपर्दछ। यो प्रयोगले समूल निको पार्दछ। फेरि रगत आउन्न।

१५. *रगतमासी र पखालामा*— पोलेको फिट्किरी दुइ ग्राम जति मुनक्कामा लपेटेर खाए पखाला र रगतमासी परेको तत्काल थामिन्छ।

१६. *वृक्क शूलका*— पोलेको फिटकिरी दिनमा दुइपल्ट एक ग्रामको मात्रा बनाई चिसो पानीसित खाए निको हुन्छ।

१७. *बेर्नु पल्टिनेमा*— छ: दाना माजुमफल र पाँच ग्राम फिटकिरी एक पाउ जति पानीमा फेट्नू र त्यसमा रुवो भिजाएर बिस्तारै गुदा—भित्र हाल्नुपर्दछ। जतिपल्ट बेर्नु निस्कन्छ, उतिपल्ट त्यो क्रम गरिरनुपर्दछ। त्यसैले आराम हुन्छ। अझ त्यो भिजाएको रुवो गुदद्वारकै मुखमा राखेर लँगौटी कस्न सके चाँडै आराम हुन्छ। यो प्रयोग सिद्ध गरिएको छ।

१८. *गर्मी—सुजाकमा*— पोलेको फिटकिरी र सुन उजिल्याउने गेरु बराबर मिलाएर पिस्नुपर्दछ अनि त्यसको बराबर चीनी मिसाएर बिहान—बेलुका दुवै छाक माजुरी शर्बतसित पिउने गरे सुजाकमा लाभ गर्दछ । मात्रा चवन्नी भरको राख्नू।

१९. *भिरुङ्गीमा*— पोलेको फिटकिरी र गेरु बराबर मिसाई पिसेर चवन्नी

भरको मात्रा बनाई बाख्रीको दूधको महीसित खाने गरे कस्तै पुरानो भइसकेको भिरुङ्गी वा सुजाक, नामर्दी निको हुन्छ।

२०. *सुजाकमा*– पोलेको फिटकिरी १ ग्राम र त्यति नै मिश्री मिलाई मसिनु पारेर पिसी बराबरको सात पुरिया बनाउनू र प्रत्येक दिन पिशाब गर्न बस्ने बेलामा एक पुडिया राख्नु र गाईको दूधको शर्बत बनाई पिउँदै पिशाब गर्दै गर्नुपर्दछ। यसरी एक सातासम्म गर्नाले यो रोग अवश्य निको हुन्छ। (एक पाउ चिसो पानीमा त्यति नै दूध मिसाई अलिकति मिश्री वा चीनी हाली खूब सार–फेर गर्नू। सकेसम्म सयपल्ट नभए पचासपल्ट सारफेर गरेपछि मात्र दूधको शर्बत तयार हुन्छ।)

२१. *पेट दुखेमा*– फिटकिरी तीन ग्राम र सोडा बाई कारबन चार ग्राम मिलाउनू। यो एक मात्रा भयो। त्यति पेटमा पर्नासाथ दुख्न हराउँछ र फेरि दुख्ने डर पनि रहन्न। मुख्य कुरा पथ्या–ऽपथ्यमा ध्यान दिनुपर्दछ।

२२. *ज्वरमा*– पोलेको फिटकिरी एक ग्राम, चीनी चार ग्राम पिसी दुवै मिलाएर खाने वा ख्वाउने गरे मलेरिया (औलाको ज्वर) आराम हुन्छ। धेरै दिन भएर कालाजार भइसकेको भए डॉक्टरलाई देखाउनुपर्दछ। तीन–तीन दिन वा एक दिन बिराएर आउने ज्वरमा फिटकिरी उत्तम औषधि हो। मलेरिया ज्वर आउनुभन्दा एक घण्टा अगाडि खान दिए त्यो दिन ज्वर आउन्न, पालो टरेपछि स्वत: आराम हुन्छ। तीन–तीन दिनमा आउने ज्वरमा चाहिं पोलेको फिटकिरी र सोधेको कुचिला बराबर लिएर मिलाउनू। अनि दुइ–दुइ घण्टाको अन्तर पारेर एक–एक मात्रा खाए ज्वरो आउन्न। बर्ता प्यास लागे दूध पिउनू, पानी तत्काल नखानू।

२३. *कामज्वरोमा*– एक ग्राम पोलेको फिटकिरीमा आधा ग्राम सोधे–को शंखिया मसिनो पिसेर ज्वरो आउने दिन, ज्वर आउने समय–

भन्दा दुई–तीन घण्टा अगाडि नै आधा ग्रामको मात्रा बनाई असल महसित खान दिनू, ज्वरो आउन्न।

२४. *साधारण ज्वरोमा–* फिटकिरी र पानमा खाने चून बराबर मिसाई चनाको दाना जत्रो गोली बनाउनू। त्यसको एक दाना वा दुई दाना ज्वरो चढेको उत्रेको जुनसुकै बेलामा पनि तातो पानीसित खान दिए लाभ गर्दछ।

२५. *एकुन्द्रो ज्वरमा–* एकेक दिन बिराएर आउने ज्वरमा पोलेको फिटकिरी १० ग्राम र करंजवाको गेडा (गुदी) १० ग्राम तुलसीका पातको रसमा मसिनो पारेर पिसी एकेक ग्रामको गोली बनाउनू। ज्वरो आउनुभन्दा एक घण्टा अगाडि एक मात्रा (दुई गोली) तातो पानीसित खान दिए ज्वरो थामिन्छ। यसै गरी एक साता खान दिए पूरा आराम हुन्छ।

२६. *पीलिया (जाण्डिस वा कामला) मा–* यो रोगलाई अंग्रेजीमा जाण्डिस र हिन्दीमा पीलिया वा कमलरोग भन्दछन्। नेपालीमा (हरताल लागेको) पनि भनिन्छ । यो रोगले सारा शरीर, आँखा र मल–मूत्र समेत पहेंलो हुन्छ। यस रोगको आरम्भमै पोलेको फिटकिरी दुइ ग्राम र त्यसको दोबर चीनी मिलाएर चार मात्रा बनाई दिनको तीनपल्ट खाने गरे चार दिनमै यो रोग निको हुन्छ। यो अनुभव सिद्ध छ। यो रोगमा सबै अङ्ग पहेंलो देखिन थालेपछि निको पार्न निकै कठिन हुन्छ। यस रोगमा औषधि खानु अगाडि कड़ा जुलाब लिनुपर्दछ। जुलाब जिरिङ्गो (तरकारी खाने) को जरा कुटेर झोल खाए पनि हुन्छ। अनि जुलाब भइसकेपछि मात्र औषधि खाए लाभ हुन्छ।

२७. *रगत आउने रोगमा–* पेटभित्रको घाउ, मासिक धेरै वा थोरै हुने,

म्यादी (माने थाङ्ने वा टाइफाइड) ज्वरले गर्दा रगत बर्ता आउने आदि स्त्रीजातिको रोगमा पोलेको फिटकिरी एक–एक ग्रामको मात्रा गरेर दिनको तीन खुराक खान दिए छिटै आराम हुन्छ।

२८. *गठिया (बाथ) मा–* जोर्नी जोर्नी सुनिने वा दुख्ने रोगमा पोलेको फिटकिरी अण्डीको पात र धतुराको पात (कलिलो), आँकको डुकु सबै बराबर मिसाएर पिस्नू र चनाको दाना जत्रो गोली बनाई तातो वा चिसो पानीसित दिनको दुइपल्ट खाने गरे केही दिनमा आराम हुन्छ।

२९. *बबासीरमा–* यो रोगलाई अंग्रेजीमा 'पाइल्स' भनिन्छ। नेपालीमा अलकाई भन्दछन् । यो खूनी र वादी दुइ थरिको हुन्छ । यसमा काँचो फिटकिरी र ठूलो हर्रोको क्वाथ बनाएर त्यसमा लुगा वा रुवो भिजाउनू र बबासीरको फोका वा डल्लोमा राखेर कछाड़ (पट्टी) बाँध्ने गरे अथवा बेर्नु पल्टिने रोगमा यही प्रयोग गरे केही दिनमै आराम हुनेछ । प्रयोग लगातार गरिरहनुपर्दछ।

३०. *विषालु जन्तुले टोकेमा–* काँचो फिटकिरी पानीमा घोटेर विषालु जन्तुले टोकेको वा चिलेको ठाउँमा लगाउनू। अनि नीलोतूथो र डढेको तमाखुको सिठुवा पिंधेर लगाए विष शान्त हुन्छ। यसले सर्पको विष बाहेक अन्य सबै विष शान्त पार्दछ।

३१. *आँखाबाट पानी बग्ने वा रातो भएकोमा–* आधा ग्राम पोलेको फिटकिरी महमा मिलाई सलाईले आँखामा आँजन झैं लगाउने गरे आँखा पोल्ने, रातो हुने र पानी बग्ने रोगमा लाभ हुन्छ।

३२. *आगो लागेमा–* शरीरको कुनै पनि अङ्गमा पोले पानीमा फिट–किरी मिलाई त्यो पानी छर्किदिनू, आगो निभ्दछ र दाह शान्त मार्दछ। सानोतिनो आगलागी पनि यसले शान्त पार्न सकिन्छ। एक गाग्री फिटकिरी–पानीले सय गाग्रो पानीको काम गर्दछ।

बाक्लो गाउँ–बस्तीमा बस्ने व्यक्तिले दुइ–चार किलो जति फिटकिरी धूलो पारेर राखे संकटको अवस्थामा ठूलो काम दिन्छ।

३३. *जुम्रा परेमा–* अलिकति पानीमा फिटकिरीको धूलो मिलाई कपाल धोए सबै जुम्रा मर्दछन् र कपाल पनि सफा हुन्छ।

३४. *खून वा रगत थाम्नु परेमा–* अकस्मात् कसैलाई चोटले रगत आउन थामिएन भने चार तोला माजुम फललाई आधा सेर पानीमा उमाल्नू र आधा पानी सुकेपछि झिकेर कपड़छान गरी दुई ग्राम फिटकिरी मिलाई यौटा मोटो लुगा त्यही पानीमा भिजाई चोट लागेको स्थानमा बाँध्नुपर्छ, रगत बग्न तत्काल थामिन्छ। एकपल्ट बाँधेपछि घरि–घरि नखोल्नू।

३५. *पसीना गह्नाउनेमा–* जसको शरीरमा बर्ता पसीना आउँछ वा हात–खुट्टामा पसीना आइरहन्छ, काखी बर्ता गह्नाउँछ उसले फिटकिरीको डल्लो साबुन जस्तै लगाएर धुने गरे निको भएर जान्छ।

३६. *केही वस्तुले काटिएमा–* काटिएको अङ्गबाट रगत बग्न रोकिएन भने धूलो पारेको फिटकिरी लगाइदिए तत्काल थामिन्छ। दाँतबाट रगत आउँदा वा दाँत फुकालेपछि रगत आइरह्यो भने फिटकिरी पानीमा घोलेर कुल्ला गरे तुरुन्त थामिन्छ।

३७. *रक्त–प्रदर र पेट दुखेमा–* एक ग्राम पोलेको फिटकिरी दस ग्राम पानीमा मिलाएर दिनमा तीनपल्ट खानुपर्दछ। यो एक खुराक मात्र हो। खाने बेलामा तुरुन्त बनाएर खाए बर्ता लाभ गर्दछ।

३८. *योनि संकोचनमा–* प्रतिदिन फिटकिरी पानीले धुने वा डूस द्वारा अलि भित्रसम्म पखाल्ने गरे वृद्धा स्त्रीको योनि पनि सोह्र वर्षकी तरुणीको जस्तै कडा हुन्छ।

३९. *तर्सनेमा–* साना बालक–बालिका निद्रामा तर्सने वा डराउने भए

तिनको सिरानमुनि फिटकिरी राखिदिए तर्सिने र डराउने हराउँछ।

४०. *विशेष*– फिटकिरीको फूल बनाउँदा फलामे ताबा वा कुनै पनि फलामे पात्रमा फिटकिरी राखेर आगोमा तताए फूल उठ्दछ। फिटकिरी वा भस्म बनाउँदा माटोको हाँडी वा सानू मुख हुने पातमा फिटकिरी धूलो पारेर हाल्नू र पात्रको मुख माटोले टम्म पारेर थुन्नू। ।अनि सुकेको गुइँठा थुपारेर भाँडो माझमा राखी आगो लगाइदिनू । त्यो आगो निभेपछि भाँडो झिकेर फुटाई भाँडो–भित्र भएको फिटकिरी खुर्केर झिक्नू। यही राम्रो फिटकिरी कहिन्छ।

१५९. सिमाली

१. ***कपाल दुखेमा***– सिमालीको पात एक तोला काढा पकाएर पिए कपाल दुखेको र कान नसुन्ने पनि जाति गर्दछ।

२. *सुजाक (भिरुङ्गी)मा*– बीस ग्राम सिमालीमो काढा सेवन गरे सूजाक ठीक हुन्छ र त्यसबाट हुने अन्य रोग पनि निको हुन्छन्।

३. *भिरुङ्गीमा–कहिले*– कहिले पिशाब बन्द हुन्छ। त्यस स्थितिमा सय गाम जति सिमालीको सहँदो तातो रसमा रोगीलाई बसाले पिशाब खुल्दछ।

४. *दन्त–कष्टमा*– सिमालीको जरा पिंधेर फिटकिरी मिलाई मंजन गरे दाँतको कष्ट जान्छ।

५. *सूतिकामा*– सिमालीको पातको काँढा दिनको एक तोला दिने गरे सूतिकाको जरो निको हुन्छ। गर्भाशयको संकोचन भएर गर्भाशयको सफाई हुन्छ। । यसले पाठेघरको सूजन पनि निको पार्दछ।

६. *लिङ्गको शिथिलतामा*– सिमालीको जरा घोटेर इन्द्रियमा लगाए कामेन्द्रियको दुर्बलता अथवा शिथिलता ठीक हुन्छ। तर सुपारीमा

लगाउनू हुँदैन।

७. *भोगेच्छा बढ़ाउनमा*– चालीस ग्राम सिमालीको जराको धूलोमा त्यति नै सुठोको धूलो मिलाई आठ खुराक बनाएर दिनको एक खुराक सेवन गरे काम–शक्ति बढ्दछ।

८. *कानको रोगमा*– तिलको तेलमा सिमालीको जरा पकाएर त्यो तेल सुरक्षित राख्नू। कानमा खटिरा आए, कान पाके, नसुन्ने भए दिनको दुइ दुइ थोपा कानमा हाल्ने गरे आराम हुन्छ।

९. *बौलाहा कुकुरले टोकेमा*– सिमालीको पात पिसेर टोकेको स्थानमा लगाइदिए कुकुरको विष लाग्दैन।

१०. *सर्प–विषमा*– सिमालीको पात, बोक्रा र जरा पिसेर लेप गरिदिनू र यसको पात कुटेको ताजा रस रोगीको नाकमा हालिदिए निको हुन्छ। यसको जराको काढा तीन–चार तोलासम्म पिउन दिए पनि लाभ हुन्छ। यो औषधि माकुरो, बिच्छी, बारुलो, मौरी आदिले टोकेमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ।

११. *सैन पल्टेको घाउमा*– धेरै दिनसम्म निको हुन नसकेको घाउमा सिमालीको रस एक पाउ तोरीको तेलमा पकाउनू। तेल मात्र रहेपछि घाउमा प्रयोग गर्नू। यसले गण्डमाला, सैन पल्टेको घाउ, फोडा आदिमा तत्काल लाभ गर्दछ।

१६०. रातीगेडी

१. *वायुको पीडामा*– रातीगेडीको पातको रस निचोरेर खाने तेलमा मिलाई मालिश गरे वायुले उठेको दर्द निको हुन्छ।

२. *उपदंश (भिरुङ्गी)मा*– तीन ग्राम सेतो जातको रातीगेडी, त्यति नै जपापुष्पको जरा पिधेर पानी मिलाई शर्बत जस्तै पिए भिरुङ्गीको घाउ निको हुन्छ।

३. *सूजाकमा*– तीन ग्राम रातीगेडीको जरा, त्यति नै सुठोको

धूलोसँग खाने गरे आराम हुन्छ। रातीगेडीको जराको अर्क निकालेर चीनी वा मिश्रीसित खाए पनि निको हुन्छ। सूजाकमा श्रीखण्ड चन्दनको तेललाई बतासा वा चीनीमा चार–पाँच थोपा हालेर खाने गरे पनि निको हुन्छ।

४. *रतौंधीमा*– बाखीको पिशाबमा रातीगेडीको हरियो जरा घोटेर आँखामा अञ्जन लगाए रतौंधी (राती नदेख्ने) रोग निको हुन्छ।

५. *खोकीमा*– दुइ ग्राम रातीगेडीको जरा त्यति नै सुठोको धूलोसित खाने गरे नयाँ–पुरानो जस्तो खोकी भए पनि आराम हुन्छ।

६. *कपाल दुखेमा*– रातीगेड़ीको चूर्ण नाकमा नस लिए कपाल दुखेको तत्काल निको हुन्छ।

७. *प्रमेहमा*– तीन चार ग्राम रातीगेडीको पातको रस गाईको दूधसित पिउने गरे प्रमेह रोग नष्ट हुन्छ।

८. *पाण्डुरोगमा*– रातीगेडी र चितूको जरा पानीमा पिंधी दिनहुँ लगाउने गरे पाण्डुरोग निको हुन्छ।

९. *अलकाईमा*– दुइ ग्राम रातीगेडीको जरा नरिवलको पानीसित खाने गरे पन्ध्र दिनमा पूर्ण आराम हुन्छ।

१०. *गठिया बातमा*– रातीगेडीमा रायोको तेल मिलाई राती दुखेको ठाउँमा बाँधेर सुत्ने गरे गठियाको सूजन र दर्द निको हुन्छ।

११. *सर्पको विषमा*– रातीगेडीको जरा घोटेर सर्पले टोकेको स्थानमा लगाए तथा यसको पातले वमन गराउन सके अवश्य निको हुन्छ।

१२. *गठियाको दर्दमा*– रातीगेडीको पातलाई खाने तेलमा पकाएर लसुन, वायविडंग, सिधेनून र अलिकति अफीम पनि हाल्नू। यी सबै वस्तु डढेपछि छानेर तेल शीशीमा राख्नू। यसको मालिश गरे गठिया–सम्बन्धी दर्दमा आराम दिन्छ।

(रातीगेडी जहरिलो वस्तु हो। यसको मात्रा बर्ता भयो भने दिसा र बान्ता हुन थाल्दछ, यसले दुर्बलता र अत्याहट हुन सक्दछ । रातीगेडीको जहर मार्न बेलको गुदी र घिउ, दूध उत्तम हो।)

१६१. धएँरो

१. *अतिसारमा*— आठ ग्राम जति धएँराको सुकेको वा ताजा फूल पिसेर महीसित शर्बत झैं बनाएर पिलाए अतिसारको दिसा थामिन्छ।

२. *आगोले पोलेमा*— धएँराको सुकेको फूलको धूलो तिसीको तेलमा मिलाएर लगाए आगोले पोलेको, विषालु कीराले टोकेको र घाउखटिरा, सैनमा पनि लाभ हुन्छ।

३. *जुका परेमा*— तीन ग्राम धएँराको फूलमा, तीन ग्राम वाय–विडङ्गको धूलो मिलाएर खान दिए पेटमा जुका चुर्ना परेको निको हुन्छ।

४. *प्रदरमा*— दस ग्राम धएँराको फूलको काढा पकाएर खान दिए स्त्रीको श्वेतप्रदर, रक्तप्रदर तथा अलकाई पनि निको हुन्छ। तीन ग्राम धएँराको फूल पिंधेर मिश्रीको काढासित खाए पनि प्रदर निको हुन्छ।

५. *दाँत दुखेमा*— कोइरालाको बोक्रा, फिटकिरी र धएँराको फूल पिंधेर मञ्जन बनाई दाँत माझ्ने गरे दाँतका सबै रोगहरू निको हुन्छन्।

६. *बेथा लागेमा*— दस ग्राम धएँराको फूल र मिश्रीको काढा पकाई पिउन दिए बेथा लागेको पीडा तत्काल निको हुन्छ।

७. *घाउ खटिरामा*— धएँराको फूल मसिनो पारेर घाउमा छरिदिए लाभ हुन्छ।

८. *स्त्री–रोगमा*– पाँच ग्राम धएँराको फूल, पाँच ग्राम घिउमा भुटेको चामलको पीठो र पचास ग्राम गहुँको पीठो मिलाउनू र बेसरी माडेर एक पाउ मिश्रीको चासनीमा मिलाई लड्डू बनाउनू। एकेक लड्डू दुवै छाक खाने गरे मासिक धर्म बिग्रिएको, रगत खराब भएको र सूतिका–सम्बन्धी अनेक रोग आराम हुन्छ।

९. *विषमा*– पचास ग्राम जति धएँराको पातको रस सर्पले टोकेको घाउमा लगाइदिनू र खान पनि दिनू। यसले सर्पविष, बिच्छी, बारुलो, छेपारो आदिले टोकेको विष लाग्दैन।

१६२. छिउँके झार (नकछिनकी)

१. *नाकको घाउमा*– नाकभित्र एक प्रकारको खटिरा हुन्छ। यसमा बर्ता ज्वर आउँछ एक साताभित्र नै रोगी मर्दछ। अतः त्यस्तो रोग भएमा छिउँके झार दुइ ग्राम, त्यति नै पिप्ला र आधा ग्राम कस्तूरी पिधेर नाकमा नस लिए छिक्का आउँछ र घाउ पनि निको हुन्छ।

२. *मस्तिष्क रोगमा*– छिउँके झारका फूल र पात धूलो पारेर नस लिए बेसरी छीक आएर रोगीको मस्तिष्क हलुका हुन्छ र कफ, वायु आदिको विकारले हानि गरेको भए पनि ठीक हुन्छ। पिनास पनि यसैले निको हुन्छ।

३. *गानोमा*– एक ग्राम छिउँके झारमा चीनी मिलाएर खाए गानो गएकोमा आराम गर्दछ।

४. *दादमा*– छिउँके झार पिंधेर मह मिसाई दिनाई–दादमा बेसरी मले छिटै निको हुन्छ।

५. *जोर्नीको कष्टमा*– छिउँके झार पिसेर तातो पारी लगाइदिए, वात–विकार, जोर्नी–जोर्नीमा दुखेको लकवा समेत ठीक हुन्छ।

६. *गर्भस्रावमा*– यदि गर्भिणी सुत्केरी हुन समर्थ छैन र रोग लागेर

गर्भस्राव गर्नु आवश्यक भए छिउँके झार पिधेर मह मिसाई रोगिणीको नाइटोमा लगाइदिए गर्भ गिर्दछ। हिजोआज सरकारले पनि अनिच्छित गर्भ–स्राव वैध मानेको छ। सानो परिवार सुखी परिवार।

१६३. नागकेशर (नागेश्वरी)

१. *खोकीमा*– एक ग्राम नागकेशरको फूलको धूलोमा तीन ग्राम मह मिलाई चाट्ने गरे नयाँ वा पुरानो खोकी पनि निको हुन्छ।

२. *हात–खुट्टा पोल्नेमा*– नागकेशरको फूल पिधेर बाखीको दूध मिसाई हात–पाउमा बेसरी मलिदिए जलन शान्त हुन्छ।

३. *रगत–मासीमा*– एक ग्राम नागेश्वरीको फूल मिश्रीको काढासित सेवन गरे गुदाको जलन र आउँ रगत परेको तथा हात–पाउ पोल्ने समेत निको हुन्छ।

४. *कामोत्तेजनामा*– गुप्त इन्द्रियमा नागकेशरको अत्तर मालिश गरे काम–शक्तिमा वृद्धि हुन्छ। पानमा सिन्काले अलिकति लगाएर खाए पनि कामोत्तेजना बढ्दछ। यो गरम औषधि हो, अतः आफ्नो शरीरको प्रकृति विचार गरेर मात्र प्रयोग गर्नू।

५. *गर्भपातमा*– कुनै गर्भवतीको तीन या चार महीनामा गर्भपातको सम्भावना भयो भने एक ग्राम नागकेशरको फूलको धूलो मिलाई गाईको दूधसित एक साता सेवन गरे, गर्भ रोकिन्छ।

६. *अलकाईमा*– एक ग्राम नागकेशरको फूलमा मिश्री र नौनी घिउ मिलाई सेवन गरे अलकाईमा लाभ हुन्छ। यसले अलकाईको खटिरा सुकेर जान्छ। हात–पाउको जलन पनि निको हुन्छ।

७. *लुतोमा*– नागकेशरका गेडाको गुदी लुगामा पोको पारेर पानीमा भिजाई चिलाएको स्थानमा बेसरी दलिदिए सुके र पाके दुवै थरि लुतो निको हुन्छ।

८. *सर्पविषमा*– नागकेशरको पात र फूल पिंधेर टोकेको स्थानमा लगाइदिए विष बढ्दैन। केही बेरमा रोगीलाई निद्रा लाग्दछ, अनि ठीक हुन्छ।

१६४. चरिअमिलो

१. *शूलमा*– दस ग्राम चरिअमिलोको पातको काढामा एक ग्राम पोलेको हींङ हालेर पिए पेटको शूल निको हुन्छ।

२. *अग्निमन्द भएमा*– दस ग्राम चरिअमिलोको काढा पकाएर पिए भोक जाग्दछ। एक तोला चरिअमिलोको चटनी खाए पनि निको हुन्छ।

३. *कपाल दुखेमा*– प्याजको र चरिअमिलोको रस मिलाएर निधारमा लेप गरे कपाल दुखेको निको हुन्छ।

४. *सर्प–विषमा*– बीस ग्राम चरिअमिलो पिंधेर शर्बत बनाई पिलाए लाभ हुन्छ। यसैको बाक्लो भाग टोकेको स्थानमा लगाइदिए विषको प्रभाव बढ्दैन।

५. *धतुरोको विषमा*– दुई–तीन ग्राम चरिअमिलोको पातको रस पिलाए धतुरोको विष वा नशा ठीक हुन्छ।

६. *आउँ परेमा*– दस ग्राम चरिअमिलो पिसेर महीसित दिनको तीन छाक खाए एक सातामा आउँ परेको निको हुन्छ।

७. *दन्तरोगमा*– चरिअमिलोको पातको रसले कुल्ला गरे गिजा पाकेको, दाँत दुखेको वा हल्लिएको निको हुन्छ।

८. *अलकाईमा*– चरिअमिलोको कोसा (फल) अलकाईमा सहँदो तातो लगाउनू। बर्ता पोले, चहराए गाईको घिउ वा नौनी मिलाए पनि हुन्छ। यो दस ग्राम खाए संग्रहणी, कुष्ट र रक्तविकार पनि ठीक हुन्छ।

९. *बेर्नु निस्कनेमा*– चरिअमिलोको पातको रसमा घिउ मिलाएर

लगाए बेर्नु निस्कने ठीक हुन्छ।

१०. *मुख नदेखिने घाउमा*– चरिअमिलोको पात पिसेर लगाए घाउ पाक्छ कि थाक्छ । अनि निको हुन्छ।

१६५. चुत्रो (दारुहल्दी)

१. *नेत्ररोगमा*– चुत्रोको जरा पानीमा घोटेर आँखामा हाले आँखाका अनेक रोग ठीक हुन्छन् । रसाञ्जन लाई स्त्री वा बाखीको दूधमा घोटेर लगाए आँखाको डिल सुनिएको, रातो भएको, आँखामा घोच्नेमा समेत निको हुन्छ।

२. *उपदंशमा*– छः ग्राम चुत्रोको काढा र रसाञ्जन सेवन गरे उपदंश, गण्डमाला, भगन्दर आदि रोग निको हुन्छ।

३. *अण्डवृद्धिमा*– दश ग्राम चुत्रोको जराको काढा र गाईको गहुँत मिलाएर पिए अण्डवृद्धि निको हुन्छ।

४. *दाँत दुखेमा*– चुत्रोको फलको काढा पकाएर कुल्ला गरे दाँत दुखेको, गिजा सुनिएको र दाँत हल्लिएको पनि आराम हुन्छ।

५. *गण्डमालामा*– कपूर र नौनी रसाञ्जनमा फेटेर कण्ठमालाको घाउमा लगायो भने केही दिनमै निको हुन्छ।

६. *कमलपित्तमा*– दारुहल्दीको दस ग्राम काढामा मह मिलाई पिउने गरे कमलपित्त आराम हुन्छ।

७. *अलकाईमा*– नौनी मिसाएको रसाञ्जन अलकाईमा लगाए खटिरा सुकेर जान्छ। फेरि दस ग्राम रसाञ्जन र पचास ग्राम पानी लिएर अलकाईको खटिरा धोए आराम हुन्छ।

८. *वातविकारमा*– दस ग्राम दारुहल्दीको डाँठको काढा पिए केही दिनमा गठिया, वात--विकार निको हुन्छ।

९. *प्रदरमा*– सात ग्राम त्रिफलाको काढामा एक ग्राम रसाञ्जन हालेर सेवन गरे रक्त प्रदर आराम हुन्छ।